‘அரவிந்த் ஹெர்பல்’
சித்த மருத்துவ
மூலிகைகளும் பயன்களும்

145 முக்கிய மூலிகைகளின் படங்கள் மற்றும் விளக்கங்களுடன்,
மருந்துத் தயாரிப்பு முறைகளும் நிறைந்த மூலிகை அகராதி!

தொகுப்பு
அரவிந்த் ஹெர்பல்
ஆரோக்கிய நிலைய மருத்துவர் குழு,
இராஜபாளையம்.



நர்மதா பதிப்பகம்
நல்ல நூல் வெளியீட்டாளர்கள்
10, நானா தெரு, (தி.நகர் தலைமை
அஞ்சலகத்தை ஒட்டிய தெரு), பாண்டிபஜார்,
தியாகராய நகர், சென்னை - 600 017. ☎ 24334397
செல்லிடபேசிகள்: 98402 26661, 98409 32566, 99400 45044

வாசகர்களுக்கு

நல்ல நூல்களுக்காகத் தரப்படும் தொகை செலவல்ல, மூலதனம்! நமது சிறப்பான எதிர்கால வாழ்வுக்காகத் தரப்படும் Investment! ஐம்பது ரூபாய் புத்தகத்தில் ஆயுட்கால வாழ்க்கைக்கான யோசனைகள் நிறைந்திருக்கும்.

☐ பொழுதுபோக்கு, கேளிக்கைகளுக்காகச் செலவிடப்படும் தொகையில் சிறு பகுதியையாவது பயன் தரும் புத்தகங் களுக்காகச் செலவிடுங்கள். மிகுந்த நன்மை பெறுவீர்கள்!

☐ எங்களது இலவச விலைப்பட்டியலைப் பெற 50 காசு அஞ்சலட்டை எழுதுங்கள். உடன் எங்கள் செலவிலேயே அனுப்பி வைக்கிறோம். செல்லிடபேசிக்கு குறுஞ்செய்தி அனுப்புங்கள். நாங்களே அழைத்துப் பேசுகிறோம்.

☐ தமிழகத்தின் எல்லா பிரபல புத்தகக் கடைகளிலும் நர்மதா நூல்கள் கிடைக்கின்றன. அவர்களிடமிருந்து (தபால் செலவின்றி) பெறலாம். தபாலில் அனுப்புவதற்கான கட்டணம் அதிகமாக உள்ள நிலையில் தங்கள் ஊர்ப் புத்தகக் கடையிலேயே பெறலாம். அவர்களையும் நல்ல நூல்கள் விற்க ஊக்குவிக்கலாம்!

எங்களது இமெயில் முகவரி: sales@narmadhapathipagam.com
எங்களது இணைய தளம் : www.narmadhapathipagam.com

Pages: 328

Price: Rs.180.00

Paper used 13.6 kg. SPB N.S.

☐ Aravindh Herbal Siddha Maruthuva Mooligaigalum Payangalum - The herbal medicines used in traditional siddha system - Compiled in Tamil by the Physicians of Aravindh Herbal Health Centre, Rajapalayam, Tamizhnadu ☐ First Edition July 2014 ☐ Published by T.S.Raamalingam, Narmadha Pathipagam, Chennai 600 017 ☐ D.T.P.Execution at M/s. Star Graphics, Chennai - 600 017 ☐ Printed at M/s. Malar Printers, Chennai - 600 034 ☐

முன்னுரை

'**மூ**லிகைகளும் அதன் பயன்களும்' என்ற தலைப்பில் ஏப்ரல், அக்டோபர் 2003 மற்றும் ஜனவரி 2008 ஆண்டுகளில் வெளிவந்த மூன்று பதிப்புகளும் மக்களிடையே நல்ல வரவேற்பு பெற்றிருப்பதை அறிந்து மகிழ்ச்சி அடைகிறோம்.

தற்போது அதிக பக்கங்களுடன், மூலிகையின் படங்கள், அதன் பாகங்கள் மற்றும் எளிய முறையில் மூலிகைகளைக் கொண்டு நோய்களை குணப்படுத்து வதற்கான குறிப்புகளையும் சேர்த்து வெளியிட் டுள்ளோம்.

மூலிகையின் தாவரப் பெயர், ஆங்கிலப் பெயர், வேறுமொழிப் பெயர்கள், அம்மூலிகையைப் பற்றிய பொதுக் குறிப்பு, அதன் மருத்துவ குணங்கள், அம்மூலிகையைக் கொண்டு நோய் தீர்க்கும் முறைகள், மூலிகைகளின் நச்சுத்தன்மை நீக்கும் முறைகள், மூலிகைகளில் அடங்கியுள்ள மருந்துப் பொருட்கள் என அனைவருக்கும் பயன் படும் வகையில் இந்நூல் வெளிவருவது சிறப்பாகும்.

மருத்துவர்களுக்கும், மூலிகை மீது ஈடுபாடு கொண்டவர்களுக்கும் மற்றும் எல்லோருக்கும் இந்நூல் பயனளிக்கும் என நம்புகிறோம்.

விழாக்களுக்கும், வைபவங்களுக்கும் பரிசாக இந்நூலை வழங்கி மக்களிடையே மூலிகை விழிப் புணர்வை ஏற்படுத்திட அன்புடன் வேண்டுகிறோம்.

இராஜபாளையம். – **இரா. அரவிந்தன்**

சித்த மருத்துவம்

சித்தர்கள் தங்கள் தபோசக்தியினால் ஞானமடைந்து நோய், வயோதிகம், இறப்பு இவற்றைக் கடந்து அஷ்டமா சித்திகளைப் பெற்று மனிதகுலம் ஞானத்தை (பூரண நிலையை) அடையும் பொருட்டு, யோகா, மாந்திரீகம், ஜோதிடம், ஆன்மீகம் மற்றும் மனிதன் ஆரோக்கியமாக வாழ இன்றுள்ள மூலிகை மருத்துவ முறைகள் போன்றவைகளை உருவாக்கியுள்ளனர். இதுவே 'சித்த மருத்துவம்' எனப்படுகிறது.

சித்தர்கள் தங்களது மனோசக்தியினால் எல்லா விதமான மூலிகைகள், தாதுக்கள், ஜீவராசிகள் ஆகியவற்றின் முழுவிவரங்களை அறிந்தபின் மருந்துகளை உருவாக்கி உள்ளனர்.

மேலும் மூலிகைகளின் அமைப்பையும், அதில் உள்ள வேதியியல் கூறுகள் மற்றும் அதன் உயிர் சக்தியை அறிந்து அது மனிதனுக்கு ஏற்படுத்தும் நன்மை, தீமைகளையும் அது தீர்க்கும் நோய்களையும் எத்தனையோ ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னரே அறிந்திருந்தனர்.

மேலும் இவர்கள் இன்றுவரை உள்ள எல்லா நோய்களையும் கணக்கிட்டு மொத்தம் 4,448 வகைகளாகக் குறிப்பிட்டுள்ளனர்.

இந்த 4,448 நோய்களின் முழு விவரங்களையும், நோய்கள் வருவதற்கான காரணங்களையும், அது ஏற்படுத்தும் உடல்நிலை மாற்றத்தையும், அந்த நோய்களை நிவர்த்தி செய்யும் மருத்துவ முறைகளையும் கூறிவைத்துள்ளனர்.

சித்தர்களால் கூறப்பட்ட மூலிகைகளில் சிலவற்றையே இப்புத்தகத்தில் வெளியிட்டுள்ளோம். மேலும் சித்த மருத்துவ விவரங்களை அறிந்துகொள்ள கீழ்க்கண்ட முகவரியைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்:

அரவிந்த் ஹெர்பல் லேப்ஸ் பி லிட்.,
140, முடங்கியார் ரோடு, 4 வது கிலோ மீட்டர்,
தபால் பெட்டி எண் - 140, இராஜபாளையம் - 626 117.
E-mail: aravindh@aravindhherbal.com /aravindh.herbal@yahoo.co.in
Website: www.aravindhherbal.com / www.aravindhhealthcentre.org





உட்பொதிவு



1. அகத்தி

வேறு பெயர்கள்: *கரீரம், முனி, அச்சம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Sesbania Grandiflora. **தாவர குடும்பப் பெயர்:** Fabaceae.





பட்டை



இலை



பூ

ஆங்கிலப் பெயர்: Swamp Tree. **தெலுங்கு:** Avisi. **சமஸ்கிருதம்:** Agastya. **மலையாளம்:** Agatti. **ஹிந்தி:** Agti. **கன்னடம்:** Agase. **வளரியல்பு:** *செடி வகை.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *20 - 30 அடி உயரம் வளரும். சிவப்பு மற்றும் வெள்ளை நிறப்பூக்கள் பூக்கும். இதன் அடிப்படையில் இது 2 வகையாகப் பிரிக்கப்படு*

கின்றது. அவை சிவப்பு பூ - செவ்வகத்தி, வெள்ளை பூ - அகத்தி. இலைகள் கூட்டிலைகளாக இருக்கும்.

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பூ, பட்டை, வேர்.* **சுவை:** *சிறு கைப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: Tanin *என்ற வேதிப்பொருள் இதன் பட்டையில் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *நச்சுமுறிவு, புழுவகற்றி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *விஷங்களை முறிக்கும், மலத்தை இளக்கும், புழுக்களைக் கொல்லும், உஷ்ணத்தைத் தணிக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அகத்தி இலையின் சாறு இரு துளிகளை மூக்கில் விட காய்ச்சல் குறையும்.

2. அகத்தி இலைச்சாறு 500மி.லி, நல்லெண்ணெய் 500மி.லி, இரண்டையும் கலந்து பக்குவமாகக் காய்ச்சி, பின் விளாமிச்ச வேர், சாம்பிராணி, கிச்சிலிக்கிழங்கு, கஸ்தூரி மஞ்சள் - வகைக்கு 10 கிராம் தூளாக்கி எண்ணெயுடன் கலந்து வடிகட்டி வாரம் ஒரு நாள் வீதம் தலையில் தேய்த்து குளித்துவர பித்த நோய்கள் குணமடையும். தலைவலி தீரும். கண்களில் வெப்பமும் எரிச்சலும் நீங்கி குளிர்ச்சி பெறும்.

3. இலையை வாரம் ஒரு முறை கீரையாக சமைத்து உண்ணுவதால் உடல்சூடு, மலச்சிக்கல் நீங்கும்.

4. அகத்திப் பூவின் சாறை கண்ணில் விட கண் நோய்கள் குணமாகும்.

5. மரப்பட்டை மற்றும் வேர்ப்பட்டை குடிநீர் செய்து குடித்துவர அம்மைக் காய்ச்சல், கை, கால் எரிச்சல், நெஞ்சு எரிச்சல், தாகம், நீர்க்கடுப்பு நீங்கும்.

6. அகத்தி வேர்ப்பட்டை, ஊமத்தன் வேர் சம அளவு எடுத்து அரைத்து கீல் வாயுவுக்கும், வாத வீக்கங்களுக்கும் பற்று போடலாம்.

7. எமது அனுபவத்தில் இரத்தத்தில் E.S.R. அதிகமாக இருப்பின், அகத்தி இலைச் சாறு தினமும் சிறிதளவு சாப்பிட்டு வந்தால் E.S.R. அளவு நன்றாகக் குறைகிறது.

குறிப்பு: *அகத்தி இலையுடன் உண்ணும் மருந்தின் குணத்தைக் கெடுப்பதால் மருந்து உண்ணும்போது அகத்தி கீரையை உபயோகிக்கக் கூடாது. மேலும் அடிக்கடி உண்டாலும் உடல் வெளுத்து, உடல் வீக்கம், வயிற்றுக் கடுப்பு, கழிச்சல் போன்றவற்றை உண்டாக்கும். மருந்து உட்கொள்ளுவதற்கு முன் அகத்தி கீரைச் சாறு அல்லது கசாயம் முதல் நாள் உட்கொண்டு மறுநாள் மருந்து சாப்பிடலாம். எனவே அகத்தி இலையை வாரம் ஒரு முறை உண்டுவர மேற்கண்ட பிணிகள் நீங்கி ஆரோக்கியம் பெறலாம்.*



2. அக்கரகாரம்

வேறு பெயர்கள்: *அக்கிராகாரம், அக்ராகாரம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Anacylus Pyrethrum. (Roof of the Arthemis Pyrethrum). **குடும்பப் பெயர்:** Compositae.

தெலுங்கு: Akkara-Kara. **சமஸ்கிருதம்:** Akarakaraba. **மலையாளம்:** Akkila-Karam. **ஹிந்தி:** Akhalkhara-Karkara. **கன்னடம்:** Akkala-Kara. **வளரியல்பு:** *சிறுசெடி.*



தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *இதன் வேர் சற்றேறக் குறைய விரல் அளவில் இருக்கும். நிறத்தில் வெண்கருமையாக இருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி: *வேர்.* **சுவை:** *கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேரில்* Pellitorin *எனப்படுகிற* Pyrethrin *என்ற ஆல்கலாய்டும், நறுமண எண்ணெயும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *உமிழ்நீர் பெருக்கி, வெப்பமுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத நோய்களும், தாகமும் தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. இவ்வேரை வாயில் அடக்கிக் கொண்டால், பல்வலி, நாவறட்சி, நாக்கு அசைவற்றுப் போதல், உள் நாக்கு

வளர்ச்சி (டான்ஸில்), தொண்டைக் கமறல் ஆகியவை நீங்கும்.

2. அக்கரகாரத்தை ஊறல் நீர் செய்து வாய் கொப்பளித்து வர மேற்கண்ட நோய்கள் தீரும்.

3. அக்கரகார வேர்த்தூளை மூக்கிலிட கால், கை வலிப்பு (காக்கா வலிப்பு) நீங்கும்.

4. அக்கரகாரம், சுக்கு, திப்பிலி, செஞ்சந்தனம், கிராம்பு, ஜாதிக்காய், குங்குமப்பூ இவற்றின் பொடி வகைக்கு 10 கிராம், அபின் 5 கிராம், சர்க்கரை 40 கிராம் இவற்றை நன்றாகக் கலந்து 2-3 கிராம் தினமும் காலை, மாலை உண்டு வர நரம்புத்தளர்ச்சியும், வயிற்று நோய்களும் தீரும்.



3. அக்ரோட்டு

வேறு பெயர்கள்: *அக்றோட்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Juglans Regia. **குடும்பப் பெயர்:** Juglandaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Walnut. **தெலுங்கு:** Ajrity. **சமஸ்கிருதம்:** Akshotas. **மலையாளம்:** Akrotu. **ஹிந்தி:** Akhrot. **கன்னடம்:** Akrodu. **வளரியல்பு:** *மரம்.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *இமயமலைச் சாரலைச் சார்ந்த நாடுகளிலும் திபெத், ஆஃப்கானிஸ்தானம் போன்ற இடங்களிலும் விளையும். இதன் கொட்டை மட்டும் மருந்திற்காகப் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.*

பயன்படும் பகுதி: *கொட்டையின் பருப்பு.* **சுவை:** *இனிப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*



<u>கொட்டையின் பருப்பு</u>



தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *கொட்டையில்* Barium *என்ற* Alkaloid, Juglandic Acid*ம் உள்ளது; மற்றும் பழத்தில்* Oxalic Acid *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *ஆண்மை பெருக்கி, பித்தநீர் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலுக்கு பலத்தைத் தரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. தினமும் இரவு உணவிற்குப் பின் 2 அல்லது 3 பருப்புகளை பாலுடன் உண்டு வர, உடலுக்கு பலம் அளிக்கும். மலச்சிக்கலை நீக்கும். வயிற்றுப் புழுக்களைக் கொல்லும். ஆண்மையைப் பெருக்கும்.

2. இதன் எண்ணெயை உள்ளுக்குக் கொடுக்க மலத்திலுள்ள புழுக்களைப் போக்கும்.

3. எண்ணெயை கண்ணில் விட கண் மறைப்பு தீரும்.



4. அம்மான் பச்சரிசி

வேறு பெயர்கள்: *சித்திரப் பாலாடை, எம்மான் பச்சரிசி, பாலாட்டங் கொளை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Euphorbia Pilurifera. **குடும்பப் பெயர்:** Euphorbiaceae.



ஆங்கிலப் பெயர்: Australian Sthima Weed. **தெலுங்கு:** Nanabalu. **சமஸ்கிருதம்:** Kshirini. **மலையாளம்:** Nilapala. **ஹிந்தி:** Dudhi. **கன்னடம்:** Akkigida. **வளரியல்பு:** பூண்டு.

தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்: *50 செ.மீ உயரம் உள்ளது. இலைகள் எதிரெதிராக அமைந்தவை, சொரசொரப்பானவை. பச்சை, சிவப்பு நிறங்களில் இலைகள் காணப்படும். தாவரத்தின் எப்பகுதியை ஒடித்தாலும் பால் வடியும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பூ.* **சுவை:** *துவர்ப்பு, இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இச்செடியில் ஆல்கலாய்டும், நறுமண எண்ணெயும், Latexம் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, எரு விளக்கி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடல் வறட்சி, வெட்டை, வாய்ப்புண், வயிற்றுப்புண், ஆண்மைக்குறைவு, மலச்சிக்கல், தாய்ப்பாலின்மை, உடற்சோர்வு, உடற்சூடு, நகச்சுற்று, வயிற்றுப்புழு முதலியன நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அம்மான் பச்சரிசி இலையை சிறிது நீர் விட்டரைத்து 5 கிராம் காலை வேளையில் பசுவின் பாலுடன் கலந்து கொடுத்துவர மலச்சிக்கல், சிறுநீர்க்கடுப்பு, வயிற்றுப்புண், உடல் வறட்சி தீரும்.

2. அம்மான் பச்சரிசி இலையை நெய், பருப்பு சேர்த்து உணவாக சேர்த்துவர உடல் வறட்சி, உட்சூடு, வாய்ப்புண், வயிற்றுப்புண், மலச்சிக்கல் குணமாகும்.

3. இதன் பாலினை மருக்கள், நகச்சுற்று, காலாணி, முகப்பரு இவைகளில் தடவிவர நீங்கும்.



5. அமுக்கிராக் கிழங்கு

வேறு பெயர்கள்: *அஸ்வகந்தி, அஸ்வகந்தம், அமுக்கிரி, அமுக்குரவு, அமுக்கினாங்கிழங்கு, வராக கர்ணி, இருளிச் செடி, கிடிச் செவி, அசுவம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Withania Somnifera. **குடும்பப் பெயர்:** Solanaceae.



ஆங்கிலப் பெயர்: Winter Cherry. **தெலுங்கு:** Penneru Gadda. **சமஸ்கிருதம்:** Asgandh. **மலையாளம்:** Amukkuram. **ஹிந்தி:** Asgandh. **கன்னடம்:** Sogade-beru. **வளரியல்பு:** *புதர்ச் செடி.*

கிழங்கு



தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *மாற்றடுக்கில் அமைந்த தனி இலைகள். இலைகள் சாம்பல்நிற பச்சையானவை. பூக்கள் வெளிறிய பச்சை நிறமானவை. முதிர்ந்த கனிகள் சிவப்பாக, உருண்டையாக பழுப்பு நிறத் தோலால் மூடப்பட்டிருக்கும். தண்டு, கிளைகள் மெல்லிய உரோமத்தால் மூடப்பட்டு இருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி: *கிழங்கு.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேரில்* Somniferine, Withanine, Perinponyine *என்னும் ஆல்கலாய்டுகள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *ஆண்மைப்பெருக்கி, வீக்கம் நீக்கி, உறக்கமுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலைத் தேற்றும், ஆண்மையைப் பெருக்கும், நல்ல உறக்கத்தைத் தரவல்லது, சிறுநீரை அதிகரிக்கும், உடலின் வெப்பநிலையை சமப்படுத்தும், பசியை உண்டாக்கும், காய்ச்சல், கட்டிகளை குணப்படுத்தும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அமுக்கிராப் பொடி 5 கிராம், பிஸ்தா பருப்பு, பாதாம் பருப்பு, சாரப் பருப்பு வகைக்கு 3 கிராம், கசகசா 15 கிராம் இவற்றை அரைத்து 100 மி.லி. பாலில் கலந்து சர்க்கரையுடன் சேர்த்து காலையில் மட்டும் 3 முதல் 4 மாதங்கள் சாப்பிட்டு வர உடலுக்கு பலத்தையும், இளமையையும், நீண்ட ஆயுளையும் அளிக்கும்.

2. அமுக்கிராக் கிழங்கை அரைத்து புண், கட்டி, வீக்கம் போன்றவற்றில் பற்றுப் போட குணமடையும்.

3. அமுக்கிராப் பொடியை தூதுவளைப் பொடியுடன் சம அளவு கலந்து 5 கிராம் பால் அல்லது நெய்யுடன் தினமும் 2 அல்லது 3 வேளைகள் பத்தியமுடன் உட்கொண்டு வந்தால், நீடித்த நோய்க்குப் பின் வரும் களைப்பு, சளிக்காய்ச்சல், தோல் நோய், காது மந்தம் தீரும்.

4. அமுக்கிராப் பொடியை தினமும் இரு வேளைகள் 2 - 4 கிராம் வீதம் தேனுடன் உட்கொள்ள வாதம், கபத்தினால் ஏற்படும் நோய்கள், உடல்பருமன், பசியின்மை நீங்கும்.

5. அமுக்கிராப் பொடியை நெய்யுடன் கலந்து கொடுக்க, விந்துவைப் பெருக்கும். உடலுக்கு பலம் தரும்.

6. அமுக்கிராப் பொடி 1 பங்கும், கற்கண்டு 3 பங்கும், சேர்த்து 5 கிராம் வீதம் தினமும் காலை, மாலை உட்கொண்டு 200மி.லி. பசும்பால் அருந்த நரம்புத்தளர்ச்சி நீங்கும். உடல் அழகும், உறுதியும் பெருகும்.

7. பொதுவாக அமுக்கராக் கிழங்கு அனைவருக்கும் ஏற்ற உடல் தேற்றி மருந்தாகும்.



6. அதிமதுரம்



வேறு பெயர்கள்: *குன்றி வேர், மதூரகம், அதிகங்கம், அஷ்டி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Glycyrrhiza Glabra. **குடும்பப் பெயர்:** Fabaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Jequitity or Indian Liquorice. **தெலுங்கு:** Ati-Madhuramu. **சமஸ்கிருதம்:** Yasti-Madukam. **மலையாளம்:** Ati-Mahuram. **ஹிந்தி:** Jathi-Madh. **கன்னடம்:** Ati-Madhuram. **வளரியல்பு:** *செடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *மலைப் பகுதிகளில் விளைகின்றது. 1 $^1/_2$ அடி உயரம் உள்ளது. இலை கூட்டிலை, ஊதா நிற சிறு பூக்கள், வேர்கள் உட்புறம் மஞ்சள், வெளிப்புறம் அடர்த்தியான பழுப்பு நிறமாகக் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *வேர்.* **சுவை:** *இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேரில்* Glycyrrhizin - *இனிப்பு கிளைக்கோசைடு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *வறட்சியகற்றி, உள்ளழலாற்றி, கோழையகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது பித்தத்தைக் குறைக்கும். கோழையை அகற்றி, உடலை பலப்படுத்தும், புண், நாவறட்சி, கண்நோய்கள், சிறுநீர் எரிச்சல், நஞ்சுகள், காமாலை போன்றவற்றை குணப்படுத்தும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அதிமதுரத்தை முலைப்பால் விட்டு அரைத்து கண்ணில் விட கண் ஒளி பெறும்.

2. அதிமதுரத்தையும், சந்தனத்தையும் சம அளவு தூள் செய்து, நன்கு கலந்து 2 கிராம் வீதம் பாலுடன் தினமும் 2 வேளைகள் உட்கொண்டு வர இரத்த வாந்தி குணமாகும்.

3. அதிமதுரம், தேவதாருக்கட்டை வகைக்கு 35 கிராம் வீதம் எடுத்து இரண்டையும் வெந்நீர் விட்டரைத்து 17 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் வீதம் வெந்நீரில் கலக்கிக் கொடுக்க வயிற்றில் இறந்த பிள்ளை வெளிப்படும்.

4. அதிமதுரப் பொடியை 2 கிராம் தேனில் குழைத்து சாப்பிட்டு வர தொண்டை, இரைப்பை, கல்லீரல், மார்பு ஆகிய இடங்களில் உள்ள வறட்சி நீங்கும். நரம்புத்தளர்ச்சி, மூலம், இருமல் போன்றவை தீரும்.

5. அதிமதுரம் 35 கிராம், திராட்சை, உப்பு 10 கிராம் சேர்த்து அரைத்து 350 மி.லி. நீரில் கலந்து கொதிக்க வைத்து, சுண்டியவுடன் கொடுக்க பேதியாகும்.

6. அதிமதுரம், முட்சங்கன் வேர்ப்பட்டை இவ்விரண்டையும் சம அளவு எடுத்து எலுமிச்சம்பழச்சாறு விட்டு 3 நாள் அரைத்து 1 முதல் 2 கிராம் வரை பசும்பாலில் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் உட்கொண்டு வர மஞ்சட்காமாலை தீரும்.

7. அதிமதுரம் 15 கிராம், சீரகம் 15 கிராம் எடுத்து அரைத்து 350 மி.லி, நீர் விட்டு அரைபாகமாகக் காய்ச்சி தினமும் 2 வேளைகள் வீதம் 4 நாட்களுக்குக் கொடுத்து வர கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு வெளிப்படும் இரத்தம் கட்டுப்படும்.

8. அதிமதுரம் 15 கிராம், மிளகு, கடுக்காய் சமஅளவு எடுத்து லேசாக வறுத்துப் பொடி செய்து 5 கிராம் வீதம் தேனுடன் கலந்து உண்ண சூட்டினால் உண்டான இருமல், வறட்டு இருமல் நீங்கும்.

9. அதிமதுரப் பொடி 15 கிராம் எடுத்து வெந்நீரில் அரைத்து, நன்றாகக் கலக்கி வடிகட்டி, காலை, மாலை உட்கொள்ள உடலில் உள்ள வெப்பம் தணியும்.

10. அதிமதுரம், சோம்பு, சர்க்கரை வகைக்கு 40 கிராம், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை 20 கிராம் இவற்றைப் பொடி செய்து நன்கு கலந்து சல்லடையில் சலித்துக் கொண்டு சித்திரை மாதம் முதல் ஆடிமாதம் வரை உட்கொண்டு வர நோயணுகாமல் ஆரோக்கியம் பெறலாம். அனைத்து தலைவலிகள், காய்ச்சல் தீரும். கண்கள் ஒளி பெறும்.

11. அதிமதுரத்துண்டை வாயில் போட்டு சுவைத்து விழுங்க இருமல் தணியும்.



7. அரரூட் கிழங்கு

வேறு பெயர்கள்: *கூவைக் கிழங்கு, கூகைக் கிழங்கு, கூவாமாக் கிழங்கு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Maranta Arundinacea. (Old Name: Curcuma Angustifolia). **குடும்பப் பெயர்:** Marantaceae.





ஆங்கிலப் பெயர்: East Indian Arrow Root. **தெலுங்கு:** Ararut-Gaddalu. **மலையாளம்:** Kuva. **ஹிந்தி:** Tikhar. **கன்னடம்:** Koove-Gedde. **வளரியல்பு:** *சிறு செடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *தனி இலைகள், இரண்டு வரிசைகளில் அமைந்துள்ளன. பொய்த் தண்டு குட்டையாகவும், இலைக்காம்பின் அடிப் பகுதி களால் மூடப்பட்டுமுள்ளது. மட்டநிலத்தண்டிலிருந்து பல வேற்றிடத்து வேர்கள் தோன்றுகின்றன.*

பயன்படும் பகுதி: *கிழங்கு (இதிலிருந்து மாவு எடுக்கிறார்கள்).* **சுவை:** *இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *சர்க்கரைப் பொருட்கள் வேரில் அதிகமாக உள்ளன.*

செய்கைகள்: *குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, உடலுரமாக்கி, உள்ளழலாற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சுரம், இருமல், நீர் வேட்கை தீரும். உடலுக்கு ஊட்டம் தரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அரரூட் கிழங்கு மாவு 1 பங்கும், நீர் 30 பங்கும் சேர்த்து கலக்கி, கொதிக்க வைத்து கிளறிக்கொண்டேயிருந்து,

பதத்தில் இறக்கி சீதபேதியுடையவர்களுக்கும், சிறுநீர் சம்பந்தமான நோயுற்றவர்களுக்கும் கொடுக்க குணமாகும்.

2. அரரூட் கிழங்கு மாவு மிகவும் மெல்லியதாகவும், எளிதில் ஜீரணிக்கக் கூடியதாகவும் இருப்பதால் இம்மாவை கஞ்சியாக நோயாளிகளுக்கும், சிறுவர்களுக்கும் கொடுத்து வர விரைவில் ஆரோக்கியம் கிடைக்கும்.

மாவு தயாரிக்கும் முறை : நன்கு முதிர்ந்த கிழங்குகளை நீரில் கழுவவும். பின் தோலை நீக்கி நன்கு அரைத்து மாவாக்கவும். ஒரு வாயகன்ற சட்டியில் நிறைய நீர் விட்டு, அதன் வாயை மெல்லிய துணியால் கட்டி, அத்துணியை தண்ணீர் மட்டத்துக்குக் கீழ் விட்டு, துணியின் மேல் மாவைக் கொட்டி கையால் கரைத்துக் கொண்டேயிருந்தால் மாவு சட்டியின் அடியில் செல்லும். பின் துணியை நீக்கிவிட்டு மாவை நன்றாகக் கலக்கி தெளிவை இறுத்திடவும். இதுபோல் 3 முறை செய்து வடிகட்டி அடியில் காணும் மாவை வெயிலில் உலர்த்தி எடுக்கவும். இதுவே மாவு தயாரிக்கும் முறையாகும்.



8. அவுரி

வேறு பெயர்கள்: *நீலி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Indigofera Tinctoria. **குடும்பப் பெயர்:** Fabaceae (Papilionaceae).

ஆங்கிலப் பெயர்: Indigo Plant. **தெலுங்கு:** Aviri. **சமஸ்கிருதம்:** Nilini. **மலையாளம்:** Amari. **ஹிந்தி:** Nil-ka-per. **கன்னடம்:** Nili-gida. **வளரியல்பு:** *செடி.*



தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *ஆழ்ந்த பச்சை நிறமான இலைகள் கொண்ட செடிகள். சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள். 'ரெசிம்' வகை மஞ்சரி, லெகூம் என்ற இருபுற வெடிகனி உள்ளது.*

வேர் இலை





பயன்படும் பகுதி : *இலை, வேர்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: Indican *என்ற குளுக்கோசைடு இச்செடியின் இலையிலிருக்கின்றது. இது நீலநிற சாயம் செய்ய உதவுகிறது.*

செய்கைகள்: *நுண்புழுக்கொல்லி, நச்சரி, முறை வெப்பமகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *மஞ்சள்காமாலை, வாதம், பித்த, கபநோய்கள், கீல் வாதம், மாந்தம், 18 வகை நஞ்சுகளைப் போக்கும். உடலை பொன்னிறமாக மாற்றும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அவுரி, மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி, குப்பைமேனி, செருப்படை, கொட்டைக்கரந்தை இவற்றின் இலைகளை சம அளவாக எடுத்து பொடி செய்து 5 கிராம் வீதம் தேனுடன் கலந்து காலை, மாலை ஒரு மண்டலம் சாப்பிட்டு வர பாம்பு நஞ்சு, மூட்டு வாதம், காமாலை, வயிற்றுப் பூச்சிகள், பெண்களின் மாதவிடாய் இரத்தக்கட்டு தீரும்.

உடலும் பொன்னிறமாகும். மருந்து உட்கொள்ளும் போது உடலுறவு, புளி, புகை பிடித்தலை விலக்க வேண்டும்.

2. அவுரி இலைப் பொடியை தினமும் காலை, மாலை உட்கொண்டு வர, உடலில் தோன்றும் வீக்கங்கள் மறையும். மேலும் வயிற்று வலி, மயக்கம், கால்,கை வலிப்பு குணமடையும்.

3. அவுரிப் பொடியை புண்களில் வைத்துக்கட்ட குணமாகும்.

4. அவுரி வேர் 10 கிராம், பெருநெருஞ்சில் இலை 25 கிராம் அரைத்து மோரில் கலந்து கொடுக்க வெள்ளை, வெட்டை நோய்கள் நீங்கும்.

5. அவுரி வேரைக் குடிநீர் செய்து குடித்துவர, வயிற்று வலி, வெள்ளை, மயக்கம் எல்லா விஷங்களும் நீங்கும்.

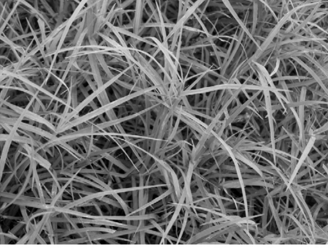
6. அவுரி இலையை அரைத்து 10 முதல் 15 கிராம் வீதம் 200மிலி. வெள்ளாட்டுப் பாலில் கலந்து வடிகட்டி அதி காலையில் 3 நாட்கள் குடித்து வர மஞ்சள் காமாலை தீரும்.

7. 5 மிளகு, சீரகம் 2 சிட்டிகை, அவுரி இலை 1 கைப்பிடி ஆகியவற்றை சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு $^{1}/_{4}$ லிட்டராக வற்ற வைத்து தினமும் 500மி.லி, வீதம் 3 வேளை உட்கொண்டு வர ஜன்னிக் காய்ச்சல், கீல் வாதம், மாந்தம், வயிற்று வலி, காமாலை, வாதக்காய்ச்சல் குணமடையும்.

8. அவுரி வேர் 20 கிராம், மிளகு 10 கிராம் அரைத்து தினமும் 2 வேளைகள் என 5 நாட்கள் சாப்பிட நாபி, எட்டி, கலப்பைக் கிழங்கு, அலரி வேர், நேர்வாளம், நஞ்சு கடி இவைகளின் விஷம் முறியும்.



9. அருகம்புல்



வேறு பெயர்கள்: *மேகாரி, மூதண்டம், தூர்வை, பதம், அருகு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cynodon Dactylon. **குடும்பப் பெயர்:** Gramineae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Hariallee Grass. **தெலுங்கு:** Garika. **சமஸ்கிருதம்:** Durva. **மலையாளம்:** Karukappulla. **ஹிந்தி:** Doorva. **கன்னடம்:** Garika. **வளரியல்பு:** *சிறுசெடி - ஒரு விதையிலைத் தாவரம்.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *ஊசி போன்ற நீள்வடிவ தனி இலைகள். தரையில் படரும். தண்டின் ஒவ்வொரு கணுவிலும் சல்லி வேர்கள் தோன்றுகின்றன. (ஸ்பைக்லெட்) மஞ்சரி உடையது.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, சமூலம்.* **சுவை:** *இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: Protein *(புரதம்) இதன் முக்கிய வேதிப்பொருள்.*

செய்கைகள்: *வறட்சியகற்றி, குருதிப் போக்கடக்கி, சிறுநீர்பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத, பித்த, கப நோய்கள், கோழை, கண், தலை நோய்கள், மருந்துகளின் பக்க விளைவு இவைகளை குணப்படுத்தும். தாகத்தைத் தணிக்கும். சிறுநீர் மற்றும் காமத்தை அதிகரிக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அருகம்புல் சமூலம் 20 கிராம், கீழாநெல்லி சமூலம் 10 கிராம் இவற்றை நன்கு அரைத்து தயிரில் கலந்து காலையில் குடித்துவர சிறுநீர்க் கடுப்பு, சிறுநீரக நோய்கள், உடல் சூடு, வெள்ளை போன்றவை குணமாகும்.

2. அருகம்புல் ஊறல் நீருடன் பால் கலந்து குடித்துவர கண் எரிச்சல், ரத்தமூலம், தலை நோய்கள், கண் நோய்கள் குணமடையும்.

3. அருகம்புல் சாறு 50 மி.லி. தினமும் காலையில் பருகிவர கை, கால் வலிப்பு, இரத்த சோகை, சித்தப்பிரமை, அடிக்கடி மயக்கமாதல், உடல் சோர்வு போன்ற நோய்கள் தீரும்.

4. அருகம்புல் 25 கிராம், மாதுளை இலை 25 கிராம் இவற்றை 500 மி.லி நீரில் போட்டு காய்ச்சி, பாதியாக வற்றியதும் 50மி.லி, வீதம் தினமும் 5 முறை குடித்து வர உடல் சூடு தணியும். மாதவிலக்கு சிக்கலைப் போக்கும். மூல நோய்கள் குணமாகும்.

5. அருகம்புல் சாற்றை புண்களில் தடவ புண்கள் விரைவில் ஆறும். கண்ணில் விட கண் நோய்களும், மூக்கிலிட மூக்கிலிருந்து வெளியேறும் ரத்தக் கசிவும் குணமடையும்.

6. அருகம்புல், கடுக்காய்த் தோல், காஞ்சாங்கோரை, கிரந்திநாயகம், இந்துப்பு இவற்றை சம அளவாக எடுத்து மோர்விட்டு அரைத்துப் பூச சொறி, சிரங்கு, தேமல், சேற்றுப் புண் மற்றும் தோல் நோய்கள் மறையும்.

7. அருகு சமூலம் 200 கிராம், சீரகம் 100 கிராம், மிளகு 150 கிராம் இவற்றை சிதைத்து 2 லிட்டர் நல்லெண்ணெயில்

போட்டு 15 நாட்கள் கடும் வெயிலில் வைத்து 90 நாட்கள் தலையில் தேய்த்துவர கண் நோய்கள் அனைத்தும் தீரும்.

குறிப்பு : சமூலம் எடுக்கும்போது கணுவை நீக்க வேண்டும்.



10. அறுகீரை



வேறு பெயர்கள்: *அறைக் கீரை, அரைக் கீரை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Amarantus Tristis. **குடும்பப் பெயர்:** Amarantaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Garden Spinach. **தெலுங்கு:** Kolau-kura. **மலையாளம்:** Arakirai. **கன்னடம்:** Harive Sappu.

வளரியல்பு: *பூண்டு.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *நுனி இலைகள், 'ஸ்பைக்'★ மஞ்சரி. தோட்டக் கால்களில் பயிரிடப்படுகின்றது. தண்டு பசுமையாக எளிதில் வளையவும், உடையவும் கூடியதாக மென்மையாக இருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி : *விதை, இலை (கீரை).* **சுவை :** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

★ பூக்களின் கொத்து அமைப்பைப் பொருத்து ஆங்கில தாவரவியல் பெயர்.

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *நார்ச்சத்து* (Fiber) *வைட்டமின்* A *ஆகியவை இக்கீரையில் அதிகம் உள்ளன. செய்கைகள்: வெப்பமுண்டாக்கி, காமம் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *காமத்தைப் பெருக்கும், கோழையை அகற்றும், காய்ச்சலையும், மலச்சிக்கலையும் நீக்கும். வாத, கப நோய்களைப் போக்கும். பத்தியக் காலங்களில் இதை உணவாகக் கொள்ள மருந்தின் பலன் கூடுதலாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அரைக் கீரையை நெய்யுடன் சேர்த்து சமைத்து உண்டு வந்தால் டைஃபாய்டு எனும் முறைக் காய்ச்சல், குளிர்சுரம், சளிக் காய்ச்சல்கள், சூதக ஜன்னி போன்றவைகள் தீரும்.

2. அரைக் கீரையுடன் மிளகு, பூண்டு சேர்த்து கடைந்து சமைத்து உண்ண வாத நோய்கள், உடல் வலிகள், வாய்வு, மூட்டுவலி முதலியன குணமாகும்.

3. அரைக் கீரையை பழைய புளியுடன் சேர்த்து சமைத்து உண்டால் வாய் ருசி அறியாமை, பசியின்மை, கபத்தினால் வரும் சுரங்கள் தீரும்.

4. கீரையை தினமும் சாப்பிட்டு வர ஆண்களுக்கு தாது பலப்படும்.

5. இதன் விதையை நீர் நீக்கிய தேங்காயினுள் ஓட்டை போட்டு சதுப்பு நிலத்தில் புதைத்து 50 நாட்கள் கழித்து எடுத்து ஓடை நீக்கி, பிறவற்றை நல்லெண்ணெயில் சேர்த்துக் காய்ச்சி தலைக்கு தேய்த்து வர தலைக்கனம், தலைவலி, கண் நோய்கள் குணமடையும். முடி நன்கு கறுத்து வளரும்.

குறிப்பு : கீரைகளை இரவு உணவில் சேர்த்துக் கொள்ளக் கூடாது.



11. அசோகு



பூ



பட்டை



வேறு பெயர்கள்: *பிண்டி, காகோளி, அசோகம், ஆயில், செயலை, விசித்திரம், கிருமி காரகம், சாயை, அங்கணப் பிரியை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Saraca Asoca (Old Name: Saraca Indica). **குடும்பப் பெயர்:** Caesalpiniaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Asoka Tree. **தெலுங்கு:** Asokamu. **சமஸ் கிருதம்:** Asoka. **மலையாளம்:** Asogam. **ஹிந்தி:** Asok. **கன்னடம்:** Asoka.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள். இதன் பூ செம்மை நிறத்தில் ஒரு பூங்கொத்து போல் இருக்கும். இதன் பட்டைக்காக பல இடங்களில் பயிரிடப்படுகின்றது.*

பயன்படும் பகுதி : *பூ, பட்டை.* **சுவை:** *துவர்ப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: Haematoxylin, Tannin, Catachin *ஆகியவை இம்மரத்தின் பட்டையில் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *சூலக வெப்பமகற்றி, சூலக உரமாக்கி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சூலக வெப்பத்தை நீக்கி பலப்படுத்தும். கர்ப்பாசயக் கோளாறுகளை நீக்கும். நீரிழிவு, பெரும்பாடு, நரம்பு, சதை வீக்கத்தை மட்டுப்படுத்தும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அசோகப் பட்டை 100 கிராம் எடுத்து சிதைத்து 400 மி.லி, பாலும் 2 லிட்டர் நீரும் கலந்து கொதிக்க வைத்து நாலில் ஒரு பங்காக வற்றியதும் தினமும் 2-3 வேளைகள் கொடுத்து வர பெண்களின் ரத்தப் போக்கு, பெரும்பாடு, கர்ப்பப்பை கோளாறுகள் நீங்கும். வீட்டுக்கு விலக்கான மூன்றாம் நாளுக்கு மேல் வெளியாகும் இரத்தமும் கட்டுப்படும்.

2. அசோகப் பூ, மாம்பருப்பு சம அளவு பொடி செய்து 5 கிராம் வீதம் காலை, மாலை இருவேளைகள் பாலில் கலந்து உட்கொள்ள ரத்த பேதி, சீத பேதி குணமாகும்.

3. அசோகப் பூவை நன்கு பொடி செய்து 10 கிராம் எடுத்து 200மி.லி வீதம் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர பெரும்பாடு குணமாகும்.

4. அசோகப் பட்டையைச் சாறு பிழிந்து 50 மி.லி. வீதம் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர பெரும்பாடு குணமாகும்.

5. அசோகப் பட்டை, மாதுளம் பழ ஓடு, மாதுளை வேர்ப் பட்டை சம அளவு பொடி செய்து 5 கிராம் வீதம் வெந்நீரில் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் உண்டு வர வாயுத் தொல்லை, வயிற்றுவலி, கர்ப்பச் சூலை, கருச்சிதைவு தீரும். தொடர்ந்து 4 மாதங்கள் சாப்பிட பெண் மலடு நீங்கும்.



12. அன்னாசிப் பழம்



வேறு பெயர்கள்: *பூந் தாழம் பழம்*. **தாவரவியல் பெயர்:** Ananas Comosus (Old Name: Ananas Sativus). **குடும்பப் பெயர்:** Bromeliaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: The Pine Apple. **தெலுங்கு:** Anaasa-Pandu. **மலையாளம்:** Kaita-Chakka. **ஹிந்தி:** Ananas. **கன்னடம்:** Ananas. **வளரியல்பு:** *புதர் செடி*.

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *தனி இலை, புதர் போல வளரும். பெர்ரி வகைச் சிறு கனிகளைக் கொண்ட திரள்கனி.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, காய், பழம்*. **சுவை :** *புளிப்பு*. **தன்மை:** *வெப்பம்*. **பிரிவு:** *இனிப்பு*.

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: Bromelin *என்ற வேதிப் பொருள் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *குருதிப்பெருக்கடக்கி, ருது உண்டாக்கி, நுட்புழுக்கொல்லி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது உடலிலுள்ள கிருமிகளையும், நுண்புழுக்களையும் அழிக்கும். வியர்வையையும் சிறுநீரையும் பெருக்கும். சிறுமிகள் பருவ வயது அடையும் போது இதை உண்டு வர ருது உண்டாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அன்னாசிப் பழத்தை அடிக்கடி உண்டுவந்தால் வாந்தி, தலைவலி, நீர் வேட்கை, பெண்களின் வெள்ளை நோய் ஆகியவை குணமாகும். உடலுக்கு அழகைத் தரும்.

2. அன்னாசிப் பழரசத்தை மணப்பாகு செய்து சாப்பிட்டு வர மேற்கண்ட நோய்களும், பித்த நோய்களும் குணமடையும்.

3. இலைச் சாற்றை 25மி.லி. எடுத்து சர்க்கரையுடன் கொடுக்க விக்கல் போகும். 50 மி.லி. கொடுக்க பேதியாகும்.

4. பழரசத்தை சற்று சூடாக்கி உட்கொள்ள பித்த நோய்கள், வயிற்றுக்கடுப்பு, காமாலை, வாந்தி முதலியன தீரும்.



13. அரச மரம்

வேறு பெயர்கள்: *அஸ்வத்தம், திரு மரம், கணவம், பேதி, பிப்பிலம், பணை, கவலை, சராசனம், அச் வத்தம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Ficus Religaiosa. **குடும்பப் பெயர்:** Moraceae.



காய்



இலை



வேர்



ஆங்கிலப் பெயர்: The Peepul Tree. **தெலுங்கு:** Ravi Chettu. **சமஸ்கிருதம்:** Aswadha. **மலையாளம்:** Arasu. **ஹிந்தி:** Pipol. **கன்னடம்:** Aswathamara. **வளரியல்பு:** *மரம்.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *தனி இலைகள், 'ஹைபந்தோடியம்' மஞ்சரி,* * *சைகோனியம் என்ற சதைக்கனி உள்ளது. பல பெரிய கிளைகளை உடைய பெரிய மரமாக இருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, விதை, பட்டை, வேர்.* **சுவை :** *துவர்ப்பு மற்றும் கைப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *பட்டையில்* Tannin, Cochotone *ஆகிய வேதிப்பொருட்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இதன் விதை மலத்தை இளக்கச் செய்யும். மரப்பட்டை, வேர்ப்பட்டை புண்களை குணப்படுத்தும். அஜீரணம், விக்கல், நீர்வேட்கை, கருப்பை கோளாறுகளை நீக்கும். நுரையீரல் நோய்கள், சுரம் மற்றும் ஆண் மலட்டுத் தன்மையைப் போக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. அரசம்பழம் அஜீரணத்தைப் போக்கி, மலத்தை இளக்கும் குணமுடையது.

2. அரச துளிர் இலையை அரைத்துப் பூசினாலும், மரப்பட்டை, வேர்ப்பட்டையை சிதைத்து புண்ணில் கட்டினாலும் புண் ஆறும்.

---

* பூக்களின் கொத்து அமைப்பு முறைக்கு தாவரவியல் ஆங்கிலப் பெயர்.

3. அரசம் பட்டைத்தூளை குடிநீர் செய்து குடித்துவர தீராத விக்கல் நோய் தீரும்.

4. அரசமரப் பாலை பித்த வெடிப்பில் தடவ வெடிப்புகள் மறையும்.

5. அரசம்பட்டைக் குடிநீரை வடிகட்டி நீர்த்தாரை வழியாக செலுத்திக் கழுவ, பெண்களின் வெள்ளை நோய் மட்டுப்படும்.

6. அரச விதைத் தூள் ஆண்களின் உயிர் அணுக்களைப் பெருக்கி மலட்டுத் தன்மையை நீக்கும்.

7. அரசங்கொழுந்தை குடிநீர் செய்து அருந்தி வர, தாகம், சுரம், விக்கல், அஜீரணம் குணமாகும்.

8. அரசம் பட்டைத்தூளை தேங்காயெண்ணெயுடன் கலந்து பூச தோல் நோய்கள் மாறும்.

9. அரச மரத்தில் வளரும் புல்லுருவியின் இலையை அரைத்து சூதகத்திற்கு முன் 3 நாட்கள் கொடுத்து வர பெண்ணின் மலட்டுத்தன்மை நீங்கி கருத்தரிக்கும்.

10. அரச விதைத்தூளை பொடியாக்கி தினமும் 5 - 10 கிராம் வெந்நீருடன் உட்கொண்டு வர நுரையீரல் நோய்கள் தீரும்.

11. அரச மரத்தை வலதுபுறமாக சுற்றி வந்தால் பெண்களுக்கு கர்ப்பப்பை பலம் பெற்று ஆரோக்கியம் கிடைக்கும். குழந்தைப் பேறுக்கு வாய்ப்பு உண்டாகும்.



14. ஆதொண்டை



வேறு பெயர்கள்: *ஆதண்டை, ஆதண்டம், ஆதொண்டன், ஆதொண்டம், காற்றொட்டி, காத்தொட்டி, காத்தோட்டி, காகதுரத்தி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Capparis Zeylanica (Old Name: Capparis Horrida). **குடும்பப் பெயர்:** Capparidaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Ceylon Caper. **தெலுங்கு:** Doddi. **சமஸ்கிருதம்:** Kantakalata. **மலையாளம்:** Totte. **ஹிந்தி:** Govindi. **கன்னடம்:** Totte. **வளரியல்பு:** *மரக்கொடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *இது மற்ற தாவரங்களின் மீது மற்றும் வேலிகளின் மீது பற்றி வளரும் மரக்கொடி. இதன் தண்டு மற்றும் இலைக்கோணத்தில் முட்கள் காணப்படும். தனி இலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் காணப்படும். கைனோபோர் என்ற பூத்தளம் உள்ளது. சிலிகுவா என்ற வெடிகனி உள்ளது.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, காய், வேர், வேர்ப்பட்டை.* **சுவை :** *சிறு கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதில் ஒரு கசப்புத் தன்மை உடைய* Alkaloid *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *தாதுவெப்பமகற்றி, பசித்தீத் தூண்டி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *மூக்கடைப்பு, தொண்டைச்சளி, குடைச்சல், வாந்தி, கபநோய்கள், மண்டைக் குடைச்சல், அஜீரணம் முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஆதொண்டைக் காயை சமைத்தோ அல்லது வற்றலாக்கி உணவில் சேர்த்தோ வர கபநோய்கள் யாவும் குணமாகும்.

2. ஆதொண்டை வேரை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சி தலைமுழுகி வர மூக்கடைப்பு, வாதக்குடைச்சல், தொண்டைக்கட்டு, மண்டைக்குடைச்சல் நீங்கும்.

3. ஆதொண்டை வேர்ப்பட்டையை நன்கு இடித்து 50 கிராம் எடுத்து 1 லிட்டர் நீரிலிட்டு 100 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி 35மி.லி.யாக 3 வேளைகள் கொடுத்துவர வாந்தி, மார்பு வலி, பசியின்மை, சுவையின்மை தீரும்.

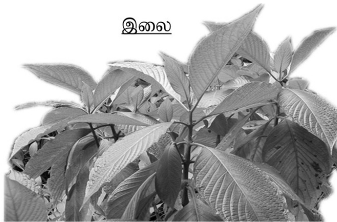
4. ஆதொண்டை இலையை நெய்யிட்டு வதக்கித் துவையலாகச் செய்து உணவுடன் சேர்த்து வர அஜீரணம், மூக்கடைப்பு, தொண்டைச் சளி, மண்டைக் குடைச்சல், வாந்தி முதலியன குணமாகும்.



15. ஆடாதொடை

வேறு பெயர்கள்: *ஆடா தோடை, வாசை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Justicia Beddomei (Old Name: Adhatoda Vasica). **குடும்பப் பெயர்:** Acanthaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Malabar Shrub. **தெலுங்கு:** Addasaram.







சமஸ்கிருதம்: Vasaka. **மலையாளம்:** Ata-lotakam. **ஹிந்தி:** Arna. **கன்னடம்:** Aduaogae. **வளரியல்பு:** *செடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *ஈட்டி போன்ற கரும்பச்சை நிறமான தனி இலைகளை உடைய புதர் போன்ற செடி அமைப்பு, வெண்மையான மலர்களை யுடைய ஸ்பைக் வகை மஞ்சரி. கூட்டான பூக்காம்பு செதில்கள் மற்றும் பூவடிச் செதில்கள் உள்ளன. அறைவெடி காப்சுல் வகைக்கனி.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ, பட்டை, வேர்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலையில்* Vasicine *என்ற ஆல்கலாய்டும், நறுமண எண்ணெயும் இதன் மருத்துவ குணங் களுக்கு காரணம்.*

செய்கைகள்: *இசிவகற்றி, கோழையகற்றி, நுட்புழு கொல்லி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத, கப நோய்களை நீக்கும். வயிற்றுவலி, விக்கல், வாந்தி, தொண்டைக்கட்டு போன்ற நோய்களை குணப்படுத்தும். சிறுநீரைப் பெருக்கும். நுண் புழுக்களைக் கொல்லும். கோழையை அகற்றும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஆடாதொடை இலைச்சாறு 10 முதல் 15 துளிகள் தேனுடன் கலந்து உட்கொண்டாலோ, இலையைக் குடிநீர்

செய்து அதில் தேன் கலந்து பருகினாலோ காமாலை, இருமல், ஆஸ்த்மா, சுரம், குருதியழல் முதலியன குணமாகும்.

2. ஆடாதொடை இலையோடு தூதுவளை, கண்டங்கத் திரியையும் சேர்த்து கஷாயம் செய்து குடிக்க வயிற்றுப் புழுக்கள் வெளிப்படும்.

3. 50 மி.லி. ஆடாதொடை இலைச்சாற்றை பாலுடன் சேர்த்து பருக இரத்த பேதி, சீத பேதி குணமடையும்.

4. ஆடாதொடை இலையை உலர்த்தி சுருட்டு போல் புகை பிடிக்க இரைப்பு நோய் நீங்கும்.

5. ஆடாதொடை வேரைக் கஷாயமாக்கி பிரசவ மாதத்தில் அருந்தி வர சுகப் பிரசவமாகும்.

6. ஆடாதொடைப் பூவை கண்களில் வைத்துக் கட்ட கண் நோய்கள் தீரும்.

7. 10 முதல் 15 இலைகளை 500 மி.லி நீரில் போட்டு 250 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி தினமும் 2 வேளைகள் 40 நாட்களுக்கு அருந்தி வர விலாவலி, காச (T.B.) நோய், சளியினால் சுர நோய்கள், சீதளம் குணமாகும்.

8. ஆடாதொடை பட்டையை பொடி செய்தாவது, குடிநீர் செய்தாவது உட்கொள்ள இளைப்பு, இரைப்பு, சுரம், இருமல் நுரையீரல் நோய்கள் குணமாகும்.

9. ஆடாதொடை இலையையும், சங்கன் இலையையும் 25 கிராம் வீதம் 500 மி.லி. நீரில் காய்ச்சி, 250 மி.லி. ஆனதும் தினமும் 2 வேளைகள் பருகிவர படை, சொறி, சிரங்கு, குஷ்டம், விக்கல், வாந்தி, வயிற்று வலி, அனைத்துவித தோல் நோய்கள் தீரும்.

10. ஆடாதொடை, திராட்சை, கடுக்காய் இவற்றின் குடிநீரில் தேன் சேர்த்து குடித்து வர குருதியழல், இரைப்பு இருமல் ஆகியவை நீங்கும்.



16. ஆமணக்கு



விதை வேர் இலை





வேறு பெயர்கள்: *சித்திரம், தலரூபம், ஏரண்டம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Ricinus Communis. **குடும்பப் பெயர்:** Euphorbiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Castor-Oil Plant. **தெலுங்கு:** Amudapu-Chettu. **சமஸ்கிருதம்:** Yeranda-Vrikshaha. **மலையாளம்:** Avanakku. **ஹிந்தி:** Arand-ka-per. **கன்னடம்:** Harald-Gida. **வளரியல்பு:** *பெருஞ் செடிகள்.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *10 அடி உயரம் வளரும் சாம்பல் நிறப் பூச்சுடைய செடி. அங்கை வடிவ தனி இலைகள். கூட்டு ரெசிம் வகை மஞ்சரி, முட்களுடன் கூடிய காய்ந்தால் வெடிக்கக்கூடிய காய்கள், விதைகள் நீள்வட்டமானவை.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, விதை, வேர்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *விதையின் எண்ணெயில்* Ricinoleic Acid *என்ற கிளிசரைடுதான் இதன் மலமிளக்கி செய்கைக்கு காரணம்.*

செய்கைகள்: *மலமிளக்கி, வாதமடக்கி, வறட்சியகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத நோய்களைக் கட்டுப்படுத்தும். மாதருக்கு பாலை சுரக்கச் செய்யும். மலச்சிக்கலைப் போக்கும். கட்டிகள், வீக்கங்களைக் கரைக்கும். வயிற்று வலி, பசியின்மை தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஆமணக்கு இலையை பொடியாக வெட்டி, ஆமணக்கு எண்ணெயிட்டு வதக்கி ஒத்தடம் கொடுத்து வர வாத வலிகள், வீக்கம், மூலக்கடுப்பு, கீல்வாதம் போன்றவை குணமாகும்.

2. அடி வயிற்றில் ஆமணக்கு எண்ணெயைத் தடவி இலைகளை வதக்கி வைத்து வர சூதகக் கட்டு, சூதகத்தடையுடன் வயிற்று வலி, போன்ற நோய்கள் தீரும்.

3. ஆமணக்கு இலையை குடிநீர் செய்து அருந்தினாலும், இலையை நெய்யுடன் நெருப்பில் வாட்டி மார்பகத்தில் வைத்துக் கட்டி வந்தாலும் பெண்களுக்கு பால் சுரக்கும்.

4. ஆமணக்கு இலையையும், கீழாநெல்லி இலையையும் சம அளவு எடுத்து மை போல் அரைத்து 25 கிராம் வீதம் காலையில் மட்டும் 3 நாட்களுக்கு உட்கொண்டு, 4 ம் நாள் பேதிக்குக் கொடுக்க காமாலை தீரும்.

5. ஆமணக்கு இளந்தளிரை ஆமணக்கு எண்ணெயில் வதக்கி தொப்புள் அல்லது அடிவயிற்றில் கட்ட வெப்பத்தினால் உண்டான நோய்கள், வயிற்று வலி குணமாகும்.

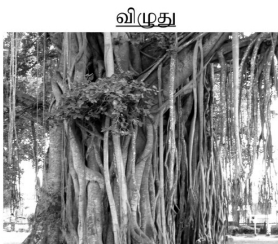
6. ஆமணக்கு எண்ணெய் 25 மி.லி.யுடன் இஞ்சிச்சாறு 5 மி.லி. அல்லது பசும்பால் 50 மி.லி. கலந்து பருக அஜீரணம், வயிற்று வலி, வயிற்றுக் கோளாறுகள் தீரும்.

7. ஆமணக்கு வேரை குடிநீர் செய்து அத்துடன் பூநீறு சேர்த்து தினமும் 2 வேளைகள் ஒரு வாரம் உட்கொள்ள பக்கவாதம் தீரும்.



17. ஆலமரம்

விழுது



இலை



பழம்



வேறு பெயர்கள்: *பூதம், கோளி, தொல் மரம், இயக்க ரோதம், வானோக்கி, காமரம், வடம், பழுமரம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Ficus Bengalensis. **குடும்பப் பெயர்:** Moraceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: The Banyan Tree. **தெலுங்கு:** Marri. **சமஸ்கிருதம்:** Vata. **மலையாளம்:** Peral. **ஹிந்தி:** Bargad. **கன்னடம்:** Allada. **வளரியல்பு:** *மரம்.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *பெரிய கிளைகள், அவற்றிலிருந்து பருத்த விழுதுகள் தோன்றிக் கீழ் நோக்கிவளர்ந்து பூமியில் வேரூன்றுகின்றன. தண்டு இலைகளில் பால் உள்ளது. தனி இலைகள்,*

ஹைபந்தோடியம் வகை மஞ்சரி சைகோனியம் என்ற சதைக்கனி காணப்படும்.

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பழம், விழுது, பால், பட்டை, வேர்.* **சுவை** : *துவர்ப்பு.* **தன்மை** : *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *பட்டை மற்றும் இளம் மொட்டுகளில்* Tannin, Caoutchouc *உள்ளன. இதன் துவர்ப்பு சுவைக்கு இவைதான் காரணம்.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, உரமாக்கி, காமம் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வயிற்றுக் கடுப்பு, மேகநோய்கள், சர்க்கரை நோய் முதலியன குணமாகும். கட்டிகள், வீக்கங்கள், புண்களை ஆற்றும், உடலுக்கு குளிர்ச்சியையும், பலத்தையும் அளிக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஆலமர இலையை வெண்ணெய் போல் அரைத்து தினமும் 2 வேளைகள் சாப்பிட்டு வர மேகநோய்கள், வாய்ப்புண், வயிற்றுப்புண், கிரந்தி போன்றவைகள் தீரும்.

2. இளந்தளிரையும், விதையையும் நன்கு அரைத்து 5-10 கிராம் காலையில் கொடுத்து வர தாய்ப்பால் பெருகும்.

3. ஆலமரப் பாலை பித்த வெடிப்பில் தடவ விரைவில் நிவாரணம் கிடைக்கும்.

4. ஆலம் விழுதைக் கொண்டு பல் துலக்க பல் உறுதிப்படும். வயிற்றுளைச்சலும் நீங்கும்.

5. ஆலம் பட்டையை இடித்து 1 லிட்டர் நீரில் ஊற வைத்து நீரைப் பருகிவர நீரிழிவு நோய் தீரும்.

6. ஆலம் இலையை வதக்கி கட்டிகளின் மேல் பூச, கட்டிகள் மறையும்.

7. ஆலம் மரப்பட்டையையும், வேர்ப்பட்டையையும் வகைக்கு 100 கிராம் எடுத்து சிதைத்து 2 லிட்டர் நீரில் காய்ச்சி காலைதோறும் 200 மி.லி. வீதம் நீண்ட நாட்களுக்கு குடித்து வர டயாபடீஸ் எனும் நீரிழிவு (சர்க்கரை) நோய் தீரும்.

8. ஆலம் பழமும் வேர்க் கொழுந்தும் சேர்த்து உண்டுவர விந்தணுவைப் பெருக்கும்.

குறிப்பு : நமது முன்னோர்கள் ஆலமர நிழலில் அமர்ந்து தவமிருந்து உடல் மற்றும் மன ஆரோக்கியத்தையும் சித்தர்கள் சித்தியையும் அடைந்துள்ளனர்.



18. ஆவாரை

வேறு பெயர்கள்: *ஆவாரம், தலபோடம், ஆவதை, ஆகலி, ஆவிரை, ஏமபுட்பி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cassia Auriculata. **குடும்பப் பெயர்:** Caesalpiniaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: The Tanner's - Cassia. **தெலுங்கு:** Thangedu. **சமஸ்கிருதம்:** Telapotakam. **மலையாளம்:** Avara. **ஹிந்தி:** Taravar. **கன்னடம்:** Thangadi-gida. **வளரியல்பு:** *செடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள், கொரீம்ப் வகை மஞ்சரி. மஞ்சள் நிறமான*



கொத்தான பூக்களை உடையது. லெகூம் என்னும் உலர் வெடிகனி கொண்டது.

பயன்படும் பகுதி : இலை, பூ, பட்டை, விதை. வேர், பிசின். **சுவை** : துவர்ப்பு. **தன்மை:** தட்பம். **பிரிவு:** இனிப்பு.









தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *பட்டையில்* Tannin 15-25% *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, செந்நீரிளக்கி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடல் வெப்பத்தைத் தணித்து, குளிர்ச்சியை உண்டாக்கும். உடலுக்கு பலத்தைத் தரும். நீரிழிவு, நீர் வேட்கை, புண், வெள்ளை, எலும்புருக்கிக் காய்ச்சல் போன்ற நோய்கள் தீரும். கற்றாழை நாற்றம் நீங்கி மேனி பளபளப்பாகும். வெயிலில் வெகுதூரம் செல்லும் போது கையிலும், தலையிலும் வைத்துச் செல்ல வெயிலின் வெப்பம் தெரியாது களைப்பின்றி செல்லலாம்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஆவாரை இலை, வேரைக் குடிநீர் செய்து பருகிவர சர்க்கரை நோய், ஆண்குறி எரிச்சல் குணமாகும்.

2. ஆவாரை பிசினை பாலுடன் உட்கொள்ள வெள்ளை, நீரிழிவு, சிறுநீரகக் கோளாறுகள் நீங்கும்.

3. ஆவாரம் பூவை லேசாக வதக்கி கண்ணில் ஒத்தடமிட கண்நோய்கள் தீரும்.

4. ஆவாரம் பூவின் குடிநீரைப் பாலில் கலந்தோ பூச்சூரணத்தையோ, பூவையோ தினந்தோறும் உண்டு வர உடல் நாற்றம், உடலில் உப்புப் பூத்தல், நாவறட்சி, உடல் அசதி, மேக வெட்டை, தேகச்சூடு, சிறுநீரக நோய்கள் குணமாகும்.

5. ஆவாரம் பூவை, பாசிப் பயிறுடன் சேர்த்து அரைத்து தேய்த்து குளிக்க நமைச்சல் மற்றும் தோல் நோய்கள் மாறும்.

6. ஆவாரை, மருதம்பட்டை, கோரைக் கிழங்கு, கொன்றை கடலழிஞ்சில், கோஷ்டம், நாவல் ஆகியவற்றை சம அளவில் எடுத்து தேவையான நீர் விட்டு எட்டில் ஒரு பாகமாக வற்றச் செய்து குடித்து வர சர்க்கரை நோய் (நீரிழிவு) குணமாகும்.



19. ஆடு தீண்டாப் பாளை

வேறு பெயர்கள்: *ஆடு தின்னாப் பாளை, ஆடு தொடாப் பாளை, பங்கம்பாளை, புழுக்கொல்லி, விரணம் போக்கி, காரி ரத்தம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Aristolochia Bractiata. **குடும்பப் பெயர்:** Aristolochiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Worm Killer. **தெலுங்கு:** Kadapara. **சமஸ்கிருதம்:** Ajaspurisaha. **மலையாளம்:** Atu-Tintap-Pala. **ஹிந்தி:** Gandan. **கன்னடம்:** Sanajali. **வளரியல்பு:** *சிறுசெடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *தரையோடு படர்ந்து வளரும் செடி. மாற்றடுக்கில் அமைந்த சாம்பல் படர்ந்த*



முட்டை வடிவ இலைகள். ஆழ்ந்த சிவப்பு நிற மலர்கள். வெடித்து சிதறும் வெடிகனி வகை கனிகள்.

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேர், இலைகளில் ஒரு ஆல்கலாய்டும், குமட்டல் எழுப்பும் நறுமண எண்ணெயும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *புழுக்கொல்லி, சூதக முண்டாக்கி, முறை வெப்பமகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *விஷக்கடிகள், கரப்பான், வாதநோய்கள், படை, சொறி, சிரங்குகள், சிலந்தி, குடற்புழுக்கள், பிரசவ வேதனை, மலச்சிக்கல், சூதகச் சிக்கல் முதலியன நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஆடுதீண்டாப் பாளை இலை 10 கிராம் எடுத்து 500 மி.லி. நீரில் 2 மணி நேரம் ஊறவைத்து வடிகட்டி 20 - 30 மி.லி. வீதம் கொடுத்துவர முடி உதிர்தல், கரப்பான், சிலந்தி முதலியன தீரும்.

2. இதன் இலையை அரைத்து குழந்தைகளின் வயிற்றில் பற்றுப் போட மலச்சிக்கல் நீங்கும்.

3. இலைச் சூரணம் 1 கிராம் எடுத்து வெந்நீரில் கலந்து கொடுக்க பாம்பு விஷம், கருங்குஷ்டம், மலக் கிருமிகள், படை போன்றவை குணமாகும்.

4. இதன் விதைகள் 5 கிராம் எடுத்து விளக்கெண்ணெயுடன் கொடுக்க நன்கு மலங்கழிந்து சூதகச் சிக்கல், பிரசவ வேதனை, மலக்கிருமிகள், கருப்பைக் கோளாறுகள் நீங்கும்.

5. வேர் சூரணம் 1 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் வெந்நீரில் கலந்து கொடுக்க குளிர் ஜுரம் தீரும். பிரசவ வேதனை நீங்கி சுகப் பிரசவமாகும்.

6. வேர்ச்சூர்ணம் 5 கிராம் வீதம் காலை, மாலை உள்ளுக்குக் கொடுத்து பச்சரிசியை புதுப்பானையில் பொங்கி உப்பின்றி 3 நாட்கள் உண்டுவர அனைத்துவித பாம்புக் கடிகளும் விரைவில் நீங்கும்.

7. ஆடுதீண்டாப்பாளையின் சமூலத்தை இடித்து சாறு பிழிந்து சமஅளவு நல்லெண்ணெய் கலந்து பதமாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி தேய்த்துவர சொறி, சிரங்கு, கரப்பான், கருங்குஷ்டம் முதலியன நீங்கி நலம் பெறலாம்.



20. இஞ்சி



வேறு பெயர்கள்: *ஆத்திரகம், நறுமருப்புமதில், அல்லம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Zingiber Officinalis. **குடும்பப் பெயர்:** Zingiberaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Green Ginger. **தெலுங்கு:** Allamu. **சமஸ்கிருதம்:** Adrakam. **மலையாளம்:** Inji. **ஹிந்தி:** Adrakh. **கன்னடம்:** Hashi-shunti. **வளரியல்பு:** *சிறுசெடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *மட்டநிலத் தண்டைக் கொண்டு பல பருவங்களுக்கு வாழும் சிறு செடிகள். மட்ட நிலத்தண்டிலிருந்து பல வேற்றிடத்து வேர்கள் தோன்றுகின்றன. தனி இலைகள் ஸ்பைக் மஞ்சரி உடையது.*

பயன்படும் பகுதி : *கிழங்கு.* **சுவை :** *கார்ப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: 'Gingerin' *என்னும் ஓலியோ ரெசினும்* Phellandrene, Gingerol *என்ற நறுமண எண்ணெயும் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *பசித்தீத்தூண்டி, அகட்டுவாய்வகற்றி, வெப்பமுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத, பித்த, கப நோய்கள், அஜீரணம், இருமல், கண்நோய், கப நோய்கள், பொருமல், வாந்தி, நீரிழிவு நோய் ஆகியவை குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. இஞ்சி முறப்பாவை நாள்தோறும் சாப்பிட்டு வர உடல் கோளாறுகள், குடல் நோய், வயிற்று வலி, வாந்தி, மார்புச்சளி, வயிற்றுப் பொருமல், இரைப்பு நோய் தீரும்.

2. இஞ்சியை மென்று உமிழ்நீரைத் துப்ப வாய்ப்புண், தொண்டைப் புண், குரல் கம்மல் நீங்கும்.

3. இஞ்சிச் சாற்றை கற்கண்டுடன் சேர்த்துக் கொடுக்க நீரிழிவு நோய் குணமாகும்.

4. இஞ்சிச் சாறு, மாதுளம்பழச் சாறு வகைக்கு 15 மி.லி. கலந்து தேவையான தேன் சேர்த்து 10 மி.லி வீதம் தினமும் 3 வேளைகள் உண்டுவர இருமல், இரைப்பு, கபநோய்கள் நீங்கும்.

5. 250 கிராம் இஞ்சியை, 250 கிராம் தேனில் போட்டு 4 நாட்கள் ஊறவைத்து தினமும் காலையில் வெறும் வயிற்றில் ஒரு சில துண்டுகளை தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வர பித்தம் தணியும். ஆயுள் பெருகும். முகம் அழகும் பொலிவும் பெறும். உடல் பிணிகள் நீங்கி ஆரோக்கியம் பெறும்.

6. இஞ்சிச் சாறு, சிறுவெங்காயச் சாறு, எலுமிச்சைச் சாறு சமமாகக் கலந்து தினமும் காலை, மாலை 30 கிராம் வீதம் உண்டு வர நாட்பட்ட இரைப்பு, இருமல், பித்த நோய்கள் தீரும். உடல் அசதி நீங்கி புத்துணர்ச்சி பெறும்.

7. இஞ்சியை பால்விட்டு அரைத்து 10 கிராம் எடுத்து, 20 மி.லி. பாலுடன் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் சாப்பிட்டு வர மயக்கம், வாதவலிகள், பித்தத்தினால் தோன்றும் நோய்கள், இளைப்பு, அஜீரணம், இருமல் நீங்கும்.



21. இண்டு

வேறு பெயர்கள்: *புலித்துடக்கி, ஈகை, இங்கை, ஈயக்கொழுந்து.* **தாவரவியல் பெயர்:** Mimosa Rubicaulis (Old Name: Mimosa Panicullata). **குடும்பப் பெயர்:** Mimosaceae.



ஆங்கிலப் பெயர்: Straggling Trickly Shrub. **ஹிந்தி:** Biswal. **வளரியல்பு:** *முட்கொடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *இத்தாவரம் பெரிய மரங்கள் மீது பற்றி வளர்கிற பருத்த ஏறுகொடி. இதன் தண்டு, கிளைகளில் அதிக முள்வளரிகள் காணப்படுகின்றன. இலை சிறகுவடிவக் கூட்டிலையாகும். வெள்ளை நிற மலர்கள் சிரமஞ்சரியில் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *தண்டு, இலை.* **சுவை** : *கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: Tannin *என்ற வேதிப் பொருள் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, வெப்பமுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலின் வெப்பத்தை அதிகரிக்கச் செய்யும், கோழையை அகற்றும், நாடி நடையை உயர்த்தும். கப நோய்களைத் தீர்க்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. இண்டுக் கொழுந்து, கண்டங்கத்தரி, தூதுவளை, திப்பிலி, சங்கன் இலை வகைக்கு 5 கிராம் வீதம் சிதைத்து 1லிட்டர் நீரில் போட்டு 150 மி.லி யாகச் சுருக்கி காலை, மாலை 50 மி.லி வீதம் பருகி வர இருமல், இரைப்பு நோய்கள் குணமாகும்.

2. இண்டு கொடியை ஒடித்து ஊத, மறுபுறம் சாறு வெளியாகும். இதில் 2 துளிகளை மூக்கில் விட ஜலதோஷம், முகவலி, மண்டைக் குடைச்சல், ஈளை முதலியன தீரும்.

3. மேற்கண்ட சாறை 10 மில்லி வீதம் குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க மாந்தம், சளி, கபம், வாத வீக்கங்கள் குணமாகும்.

4. மேற்கண்ட மருந்தை 20 மில்லி வீதம் பெண்களுக்கு தொடர்ந்து கொடுத்து வர வெள்ளை, சூதக வாயு, தீப்புண் நீங்கும்.

5. இண்டு மரப்பட்டையைப் பொடித்து குளியல் பொடியுடன் சேர்த்து குளிக்க நல்ல நுரைவளம் கிடைக்கும்.



22. இம்பூறல்



வேறு பெயர்கள்: *இன்புறா வேர், சாயவேர், இம்பூரா வேர், சிறு வேர், இராமேசுர வேர்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Oldenlandia Unbellata. **குடும்பப் பெயர்:** Rubiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Maddar. **தெலுங்கு:** Chiru Veru. **சமஸ்கிருதம்:** Rajana. **மலையாளம்:** Chay Ver. **ஹிந்தி:** Chirvai. **கன்னடம்:** Chaya Beru.

வளரியல்பு: *சிறுசெடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *வெண்மையான சிறிய மலர்கள் சைமோஸ் மஞ்சரியில் அமையப் பெற்றிருக்கும். ஈட்டி வடிவமான, அகலத்தில் குறுகிய, வட்ட இலை அடுக்கத்தில் அமைந்த இலைகள் கொண்ட தாவரம்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, வேர், வேர்ப் பட்டை, சமூலம்.* **சுவை :** *இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் சமூலத்தில்* 'Alizarine' *என்ற வேதிப் பொருள் உள்ளது. (சமூலம்: முழு தாவரம், வேருடன்.)*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, குருதிப்பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *பித்தத்தைப் போக்கும். கப நோய்களையும், இரத்தப் போக்கையும் கட்டுப்படுத்தும். கோழை, விக்கல், வயிற்றுளைச்சல் ஆகியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. இம்புறா வேரை நிழலில் காய வைத்து பொடி செய்து அரிசி மாவுடன் கலந்து இரண்டு அடை வீதம் காலை, மாலை உண்டு வர கப நோய்கள் நீங்கும்.

2. இம்புறா இலைச் சாற்றை பாலுடன் கலந்து சர்க்கரை சேர்த்து தினம் 2 வேளைகள் அருந்தி வர மார்பு எரிச்சல் தணியும்.

3. உள்ளங்கை, உள்ளங்கால் எரிச்சலுக்கு இம்புறா இலைச்சாற்றை தடவி வர விரைவில் நிவாரணம் கிடைக்கும்.

4. இலையும், வேரும் சேர்ந்து குடிநீரை 30 மி.லி வீதம் உட்கொண்டு வர இளைப்பு, இரைப்பு, இருமல் தீரும். குடி

நீரை புண்களுக்கு கழுவ புண்கள் விரைவில் ஆறும்.

5. இம்புறா, வல்லாரை சம அளவு எடுத்து 1 லிட்டர் நீரில் கொதிக்க வைத்து 250 மி.லி யாக சுண்டியதும் 40 மி.லி. வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் பருகிவர நுரையீரல் நோய்கள் நீங்கும்.



23. இலவங்கம்





வேறு பெயர்கள்: *கிராம்பு, உற்கடம், வராங்கம், திரளி, அஞ்சுகம், கருவாய்க் கிராம்பு, சோசம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Syzygium Aromaticum (Old Name: Eugenia Caryyophyllata). **குடும்பப் பெயர்:** Myrtaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Clove. **தெலுங்கு:** Lavangalu. **சமஸ்கிருதம்:** Lavangam. **மலையாளம்:** Karampu. **ஹிந்தி:** Long. **கன்னடம்:** Labanga.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள். இலைகளில் லைஸிஜீனஸ் எண்ணெய் சுரப்பிகள் உள்ளதால் இலைகள் நறுமணமுடையவையாய் இருக்கின்றன. மரத்தில் தோன்றும் மொக்குகளைப் பறித்து காயவைத்து பயன்படுத்தப்படுகின்றது.*

பயன்படும் பகுதி: *மலராத பூக்கள். (வெயிலில் உலர்ந்த*

மொக்குகள்). **சுவை:** *காரமும், விறுவிறுப்புமுள்ளது.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: Eugenol, Caryophyllene, Eugenin *முதலிய வேதிப்பொருட்கள் இதன் நறுமணஎண்ணெயில் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *இசி வகற்றி, பசித்தீத் தூண்டி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *ஆசனவாய்க்கடுப்பு, படை, மயக்கம், காது நோய்கள், வாந்தி, இரத்தப் போக்கு, கண்ணில் பூ விழுதல் முதலியன குணமாகும். அஜீரணத்தைப் போக்கும். தலைவலி, உடல் அசதி தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நிலாவாரைக் குடிநீருடன் 2 கிராம் வீதம், கிராம்புத் தூள், சுக்குப்பொடி சேர்த்து உட்கொள்ள மலச்சிக்கல் நீங்கி சுகபேதியாகும்.

2. கிராம்பை நீர் விட்டு வெண்ணெய் போல் அரைத்து மூக்கிலும், நெற்றியிலும் பற்றுப் போட நீர் ஏற்றம், தலைவலி, தலைபாரம் நீங்கும்.

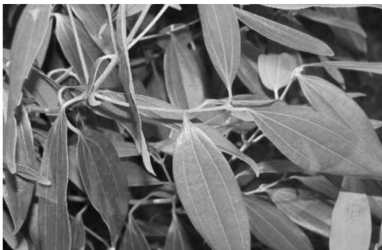
3. இதன் புகையை வாயின் வழியாகக் கொள்ள தொண்டைப்புண், தொண்டைக் கம்மல் குணமாகும்.

4. கிராம்பு, சுக்கு வகைக்கு 10 கிராமும், இந்துப்பு, ஓமம் வகைக்கு 12 கிராமும் சேர்த்து பொடி செய்து தினமும் காலை, மாலை 3 கிராம் வீதம் கொடுத்து வர அஜீரணம் நீங்கி நன்கு பசியெடுக்கும்.

5. கிராம்பை தணலில் வதக்கி சுவைத்து வர பற்கள் கெட்டிப்படும். வாய்ப்புண், தொண்டைப் புண், ஆசனவாய்க் கடுப்பு குணமாகும்.



24. இலவங்கப் பத்திரி





வேறு பெயர்கள்: *தாளிசப் பத்திரி, தமால பத்திரி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cinnamomum Tamala. **குடும்பப் பெயர்:** Lauraceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Cassia Cinnamon. **தெலுங்கு:** Adavi - Lavangapatri. **சமஸ் கிருதம்:** Tamalapatram. **மலையாளம்:** Paccila. **ஹிந்தி:** Tajpat. **கன்னடம்:** Kadulavangapatte.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இந்தியாவில் இமயமலை, கீழ்வங்காளம் முதலிய இடங்களில் விளையும் இலவங்கப்பட்டை செடியின் இலைக்கு இலவங்கபத்திரி என்று பெயர். இந்த செடியின் இலையில் நறுமண எண்ணெய் உள்ளது.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை.* **சுவை :** *கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இவ்விலையில்* 'Eugenol', 'Terpene', 'Cinnamic Aldehyde' *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *வியர்வைப் பெருக்கி, வீக்கம் நீக்கி, வெப்பமுண்டாக்கி, அகட்டுவாய்வகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது உடலுக்கு உஷ்ணத்தை அளிக்கும். அஜீரணத்தைப் போக்கி பசியைத் தூண்டும். வெட்டை, இரைப்பு, இருமல், வாய்ப்புண், சுரம், பித்தம் இவற்றைப் போக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. இலவங்கப்பத்திரி இலைச் சாறு 20 மி.லி. வீதம் தினமும் காலை, மாலை கொடுத்து வர குளிர்சுரம், வெள்ளை, இரைப்பு நோய்கள் குணமாகும்.

2. இலையை குடிநீர் செய்து தினமும் 3 வேளைகள் பருகிவர தாதுநஷ்டம், பித்தம், வாய்ப்புண், வாந்தி, இருமல், இரைப்பு, அஜீரணம், ஜுரம் தீரும்.



25. இலவங்கப்பட்டை





வேறு பெயர்கள்: *கருவாப் பட்டை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cinnamomum Verum (Old Name: Cinnamomum Zeylanica). **குடும்பப் பெயர்:** Lauraceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Cinnamom. **தெலுங்கு:** Lavanga-Patta. **சமஸ்கிருதம்:** Twak. **மலையாளம்:** Lavanga-patta. **ஹிந்தி:** Marchini. **கன்னடம்:** Lavanga-patta.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இது இலங்கைக்கும், இந்தியாவுக்கும் உரிய மரம். இதன் காய்ந்த தண்டின் பட்டைப் பகுதிக்காக இது பயிரிடப்படுகின்றது.*

பயன்படும் பகுதி : *பட்டை.* **சுவை :** *காரமும், இனிப்பும் உடையது.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *நறுமண எண்ணெய்,* Cinnamic Acid, Tannin *முதலிய வேதிப்பொருட்கள் அடங்கியுள்ளன.*

செய்கைகள்: *அகட்டுவாய்வகற்றி, காமம் பெருக்கி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது உடலுக்குக் குளிர்ச்சியைத் தரும். விஷக்கடியின் நஞ்சைப் போக்கும். காமத்தைப் பெருக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. இலவங்கப்பட்டை, சுக்கு, ஏலரிசி இவைகளை சம அளவு எடுத்து தூள் செய்து 250 மி.லி. வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர வயிற்றுக் கழிச்சல், வாந்தி, வயிற்றுக் கடுப்பு, வயிற்றுப் பொருமல், வயிற்று வலி தீரும்.

2. இலவங்கப்பட்டையை ஊறல் குடிநீர் செய்து தினமும் காலையில் 50 மி.லி. வீதம் பருகிவர இதயத்தை பலப்படுத்தும். வாதவலிகள், பல்வலி, வயிற்று வலி நீங்கும்.

3. இலவங்கப்பட்டை 25 கிராம், காசுக்கட்டி 75 கிராம் இவற்றை 2 லிட்டர் நீரில் கொதிக்க வைத்து நன்கு வடிகட்டி தினமும் 50 மி.லி. வீதம் கொடுத்து வர பேதியாவது கட்டுப்படும்.

4. இலவங்கப்பட்டை, கிராம்பு, சோம்பு, வாய்விடங்கம், சுக்கு வகைக்கு 5 கிராம் வீதம் குடிநீரிட்டு 4 ல் ஒருபாகமாக சுருக்கி வேளைக்கு 20 மி.லி. வீதம் கொடுத்து வர வயிற்று வலி, உடல் வலி, பூச்சிக்கடி நீங்கும். கேன்சரைத் தடுப்பதாக சமீபத்தில் கண்டறியப்பட்டுள்ளது.



26. ஈஸ்வர மூலி



வேறு பெயர்கள்: *ஈச்சுர மூலி, தலைச் சுருளி, தராசுக் கொடி, பெரு மருந்து, ஈசுர மூலி, பெருங் கிழங்கு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Aristolochia Indica. **குடும்பப் பெயர்:** Aristolochiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Birthwort. **தெலுங்கு:** Ishvara-Veru. **சமஸ்கிருதம்:** Ishwari. **மலையாளம்:** Ishvaramuri. **ஹிந்தி:** Ishwarmut.

வளரியல்பு: *ஏறு கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமைந்துள்ளன. இலைகளின் உட்புறத் திசுக்களில் எண்ணெய்க் குழாய்கள் நிரம்பியுள்ளன. வேரிலும் எண்ணெய்ச் சுரப்பிகள் உள்ளன.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, வேர்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேரில்* Aristolochin

என்ற ஆல்கலாய்டும், Allantoin என்ற குளுக்கோசைடு மற்றும் நறுமண எண்ணெயும் உள்ளன.

செய்கைகள்: *வெப்பமுண்டாக்கி, ருது உண்டாக்கி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *விஷம், வீக்கம், குளிர்ஜுரம், உடல் வெளுப்பு (இரத்தமின்மை), இருதய நோய், சொறி, சிரங்கு, தேமல், உடல் சூடு முதலியவை குணமாகும். தாது விருத்தி யாகவும், மாதவிலக்கு தூண்டியாகவும் செயல்படும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஈஸ்வர மூலி இலை கசப்புச் சுவையுடையதால், இலையை உலர்த்திப் பொடி செய்து 2 கிராம் வீதம் காலை, மாலை கொடுத்துவர மாந்தம், பேதி, ஜுரம், இருதய நோய், சொறி, சிரங்கு, இரத்த சோகை முதலியன தீரும். பாம்புக் கடி விஷங்களுக்கும் கொடுக்கலாம்.

2. ஈஸ்வர மூலி வேரைத் தேனில் உரைத்து 2 கிராம் வீதம் உள்ளுக்குக் கொடுத்துவர இரத்த சோகை, வெண் குஷ்டம் குணமாகும்.

3. 50 கிராம் வேரை நசித்து 500 மி.லி. நீரில் போட்டு 60 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி 2 வேளைகள் கொடுக்க இரத்தப்போக்கு, பாம்பு மற்றும் தேள் விஷங்கள் நீங்கும்.

4. ஈஸ்வர மூலி இலையைக் கசக்கி விஷக்கடிவாயில் தேய்க்க விஷம் இறங்கும்.

5. ஈஸ்வர மூலி வேரின் பொடியை நீரில் கலந்து மாடுகளுக்குக் கொடுக்க மாடுகளுக்கு ஏற்படும் நோய்கள் குணமாகும்.



27. உளுந்து



வேறு பெயர்கள்: *உழுந்து, மாஷம், மாடம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Vigna Mungo (Old Name: Phaseolus Radiantus). **குடும்பப் பெயர்:** Fabaceae.



ஆங்கிலப் பெயர்: Black Gram. **தெலுங்கு:** Minumu. **சமஸ்கிருதம்:** Masha. **மலையாளம்:** Ulunnu. **ஹிந்தி:** Masha. **கன்னடம்:** Uddu.

வளரியல்பு: *சிறுசெடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள், வேர்களில் வேர் முண்டுகள் காணப்படுகின்றன. இதன் காய் லெகூம் என்ற இருபுற வெடிகனி. இதன் விதை உளுந்து எனப்படுகிறது.*

பயன்படும் பகுதி : *விதை (பயிறு), வேர்.* **சுவை :** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: Albuminoids, Starch, Oil, Fibre, Ash *ஆகியவை விதையில் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *காமம் பெருக்கி, பால் பெருக்கி, உடலுரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உளுந்தை அதிகமாக உண்டால் உடலுக்கு ஊட்டத்தையும் அழகையும் கொடுக்கும். ஆண்மை பெருகும். பெண்களுக்கு இடுப்புக்கு பலத்தைத் தரும். உடல் சூடு நீங்கி குளிர்ச்சி பெறும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. உளுந்தை மாவாக்கி தின்பண்டங்களாகச் செய்து உண்டுவர உடல் பலம் பெறும்.

2. உளுந்தை நீரில் ஊறவைத்து எடுத்து நீரை மறுநாள் அதிகாலையில் அருந்தி வர சிறுநீர் சம்பந்தமான நோய்கள் தீரும்.

3. பச்சை உளுந்த மாவுடன் தேன் கலந்து சாப்பிட உடலுக்கு தெம்பையும், முக அழகையும் தரும்.

4. உளுந்துத் தைலத்தை வாத நோய்கள், மூட்டுவலி, முடக்குவாதம், இடுப்பு வலி, ரத்தக்கட்டு போன்றவற்றிற்கு பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் தடவி வர குணமாகும்.

5. உளுந்து வேரை அரைத்துச் சூடாக்கி வீக்கங்களின் மேல் வைத்துக் கட்ட வீக்கங்கள் மறையும்.

6. உளுந்தை கஞ்சியாகக் காய்ச்சியோ அல்லது வடையாகச் செய்தோ உண்டுவர இளைத்த உடல் பருக்கும். உடல் பலம் பெறும்.



28. ஊமத்தை

வேறு பெயர்கள்: *உன்மத்தம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Datura Metel (Old Name: Datura Alba). **குடும்பப் பெயர்:** Solanaceae.



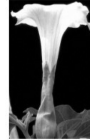
ஆங்கிலப் பெயர்: Dhatura (White Flowering). **தெலுங்கு:** Nalla-ummetha. **மலையாளம்:** Ummetal. **கன்னடம்:** Ummatta.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இருபக்க கிளைத்தலை உடைய தண்டு உடைய 1 மீ வரை வளரும் தாவரம். அகன்ற பசுமையான நீள்வட்ட வடிவிலான இலைகள், வாயகன்று நீண்ட குழலுள்ள புனல் போன்ற அமைப்பில் வெள்ளை நிற மலர்கள் காணப்படும். காப்சூல் வகை கனி உடையது.*

காய் & விதை



பூ



பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ, காய், விதை.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலை, விதைகளில்* Hyoscyamine, Hyoscine,Atropin *ஆகிய ஆல்கலாய்டுகள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *இசிவகற்றி, துயரடக்கி, வாந்தியுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது வாந்தியை உண்டாக்கும். வேதனையைக் குறைக்கும். மயக்கத்தை உண்டு பண்ணும். நாய்க்கடிப்புண், கட்டிகள், நஞ்சுகள், குழிப்புண் போன்றவை தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஊமத்தை இலைகளை தண்ணீர் விடாமல் அரைத்து நல்லெண்ணெயில் சற்று வதக்கி நாய் கடித்ததால் ஏற்பட்ட புண்ணின் மேல் கட்டி வர புண் ஆறும்.

2. ஊமத்தை இலைச்சாறு 2 முதல் 4 துளிக்குள் வெல்லம் கலந்து தினம் 2 வேளைகள் வீதம் 3 நாட்கள் மட்டும் கொடுக்க நாய் கடித்தவுடன் ஏறிய விஷம் முறியும்; 3 நாளும் கடும் பத்தியம் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். மதியம் தயிர் சாதமும், இரவில் பால் சாதமும் (உப்பை உபயோகிக்காமல்) சாப்பிட வேண்டும்.

3. ஊமத்தை இலை, பூ, விதை இவற்றை பாலில் பிட்டு அவிப்பது போன்று அவித்து உலர்த்தி பொடியாக்கி 30 - 100மிகி அளவு உள்ளுக்குக் கொடுக்க இரைப்பு நீங்கும். அல்லது இலையை சுருட்டு போல சுருட்டி புகைப்பதாலும் மூச்சுத்திணறல், ஆஸ்த்மா, சளித் தொல்லைகள் நீங்கும்.

4. ஊமத்தை இலையை வதக்கி ஒற்றடமிட கட்டிகள், எலும்பு வீக்கம், கீல் வாயு போன்றவை குணமாகும்.

5. ஊமத்தை இலைச் சாறு 2 துளிகள் காதில் விட காதுவலி தீரும்.

6. ஊமத்தை இலைச்சாறு 5 முதல் 10 துளிகள் தயிருடன் கலந்து கொடுக்க வெள்ளை நோய் நீங்கும்.

7. இலைச்சாற்றை சம அளவு தேங்காயெண்ணெயில் காய்ச்சி மயில் துத்தம் சிறிது சேர்த்துப் பூச புரைகள், ரணங்கள், சதை வளரும் புண் ஆறும்.

8. ஊமத்தை இலையை அல்லது விதையை நன்கு அரைத்து பற்றுப்போட மாதவிடாய் காலத்தில் தோன்றும் வலிகள் மறையும்.

9. இலையை நல்லெண்ணெயில் வதக்கி கட்ட மூட்டு வீக்கம், வாயுவினால் தோன்றும் கட்டிகள், வாத வலி, அண்ட வாயு, தாய்ப்பால் கட்டிக் கொண்டு வலித்தல் போன்றவைகள் குணமாகும்.



29. எருக்கு



வேறு பெயர்கள்: *அருக் கன், எருக்கஞ் செடி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Calotropis Gigantea. **குடும்பப் பெயர்:** Asclepia-daceae.

இலை



வேர்



பூ



ஆங்கிலப் பெயர்: Madar Plant. **தெலுங்கு:** Jilledu. **சமஸ்கிருதம்:** Arka. **மலையாளம்:** Erukka. **ஹிந்தி:** Akan. **கன்னடம்:** Yakkeda.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *அகன்ற எதிரடுக்கில் அமைந்த இலைகளையுடைய பாலுள்ள செடி. செடி முழுவதும் வெண்மையான மாவு படர்ந்தது போல இருக்கும். கத்திரிப்பூ நிறம் அல்லது வெள்ளை நிற பூக்கள், மென்மையான வெள்ளைப் பஞ்சுடன் கூடிய விதைகள் உடைய செடி.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ, பால், பட்டை, வேர்.* **சுவை:**

கைப்பு, காரம், மதுரம். **தன்மை :** வெப்பம். **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *எருக்கம் பாலில்* Calotoxin Calactin *உள்ளன. மேலும்* Akundarin, Calotropin *ஆகிய வேதிப் பொருட்களும் எருக்கம் செடியில் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *புழுக்கொல்லி, உடல்தேற்றி, வெப்பமுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வயிற்றுப்புழு, எலிக்கடி, பாம்பு, நஞ்சுகள், வாத, கப நோய்கள், மூட்டு வீக்கம், மலச்சிக்கல், இருமல், ஆண்மைக் குறைவு, குளிர் ஜுரம், பல் நோய்கள், நீர்க் கோவை, குஷ்டம், மேகப்புண், வெறி நோய் ஆகியவை நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. எருக்கு இலையை வதக்கிக் கட்டிகளின் மேல் கட்ட அவை பழுத்து உடையும்.

2. எருக்கு இலையை அரைத்து தேன் சேர்த்துக் கொடுக்க வயிற்றுப் புழு நீங்கும்.

3. எருக்கம் பூ 2 பங்கு, மிளகு 1 பங்கு, கிராம்பு $^{1}/_{2}$ *பங்கு சேர்த்து மிளகு அளவு உருட்டிக் கொடுக்க கடின இரைப்பு தணியும்.*

4. 25 மி.லி விளக்கெண்ணெயில் 3 துளி இலைச்சாறைக் கலந்து கொடுக்க மலச் சிக்கல் நீங்கும்.

5. எருக்கம் பாலைப் பற்றிட எலி நஞ்சு, சுளுக்கு, கட்டி, கீல் வாயு முதலியன குணமாகும். பாலைத் தொட்டு பல்லில் வைக்க பல் நோய்கள் நீங்கும்.

6. எருக்கம் இலையை அரைத்து 10 கிராம் வீதம் பாம்புக்கடி

பட்டவருக்கு உடனே கொடுக்க விஷம் தணியும்.

7. உலர்ந்த எருக்கம் பூ 125 கிராம், கிராம்பு, சாதிக்காய், சாதிபத்திரி வகைக்கு 25 கிராம் பன்னீர் விட்டு அரைத்து மிளகு அளவு மாத்திரையாகச் செய்து சிறிது பாலுடன் கொடுத்து வர ஆண்மை பெருகும்.

9. முதிர்ந்த பழைய எருக்கம் பட்டை, வேர் ஆகியவற்றை 1 நெல் அளவு தண்ணீரில் தினமும் கொடுத்து வர வாத நோய் குணமாகும். மேற்படி பொடியுடன் திப்பிலி, மிளகு, ஆகியவற்றுடன் உட்கொள்ள முறையே வெறிநோய், கப நோய்கள் நீங்கும்.

10. எருக்கம் வேர்ப்பட்டையை குடிநீர் செய்து குடித்துவர வியர்வை நீங்கி ஜுரம் தணியும்.



30. எள்

வேறு பெயர்கள்: *எள்ளு, திலம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Sesamum Indicum. **குடும்பப் பெயர்:** Pedaliaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Gingelly. **தெலுங்கு:** Nuvvulu. **சமஸ்கிருதம்:** Tila. **மலையாளம்:** Chitelu. **ஹிந்தி:** Thil. **கன்னடம்:** Ellu.



விதை



பூ



காய்



வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இந்தியாவில் ஏராளமாகப் பயிரிடப்படுகின்றது. இந்த செடியின் விதை கருப்பு, வெள்ளை மற்றும் சிவப்பு நிறத்தில் கிடைக்கப் பெறுகின்றதன் அடிப்படையில் இது மூன்று வகைகளாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது. இதன் விதை மருத்துவப் பயன் மிக்கது. இதன் எண்ணெயில் காரமோ, கசப்போ, இனிப்போ, துவர்ப்போ எது கலந்தாலும் இனிய சுவை தரும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ, காய், விதை (எள்).* **சுவை :** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் எண்ணெயில் வைட்டமின் ஈ,* Sesamin, Sesamolin, Phytosterol *ஆகிய வேதிப் பொருட்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *ருது உண்டாக்கி, பால்பெருக்கி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சீதக்கழிச்சல், கட்டிகள், கண் நோய்கள், புண்கள், தொண்டைக்கட்டு, உடற்சூடு, ரத்தமூலம், இருமல், சிரங்கு, புண், தலைக் கொதிப்பு முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பச்சையிலைகளை நீரில் அலச பசை இறங்கும். இதைப் புண்களில் கழுவ, புண்கள் விரைவில் ஆறும்.

2. ஒரு கைப்பிடி எள் இலைகளை 200 மி.லி. நீரில் போட்டு ஊறவைத்து 100 மி.லி. வீதம் காலை, மாலை 7 நாட்கள் கொடுத்துவர சீதக்கழிச்சல் குணமாகும்.

3. எள் பூவை கண்களில் வைத்துவர கண் நோய்கள் நீங்கும்.

4. *எள்ளின் ஊறல் குடிநீர் மாதவிடாய்ச் சிக்கலைப் போக்கும். பெரும் அளவில் உண்டு வர கருச்சிதைவு உண்டாகும்.*

5. எள்ளை நீர் விட்டரைத்து விழுதாக்கி 5 கிராம் வீதம் வெண்ணெயுடன் கொடுக்க ரத்த மூலம் தீரும்.

6. நல்லெண்ணெய்யை 5 மி.லி. வீதம் பருகிவர உடல் பூரிக்கும். அரிப்பு, படை, சிறங்கு, சொறி நீங்கி தோல் மிருதுவாகும். இருமல் தணியும்.

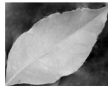
7. நல்லெண்ணையைத் தலையில் தடவிவர கண்களுக்கு குளிர்ச்சி ஏற்படும். கண் நோய்கள், காது நோய்கள், தலைக் கொதிப்பு முதலியனவும், உடலில் தடவ புண்கள், கட்டிகள், உடற்சூடு, சிரங்கு, தொண்டைக் கட்டு முதலியனவும் நீங்கும்.



31. எலுமிச்சை



வேறு பெயர்கள்: *தேசிப் பழம், சம்பீரம், இராஜகனி, அமிர்த பலை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Citrus Limon (old Name: Citrus Acida). **குடும்பப் பெயர்:** Rutaceae.



இலை



பழம்



காய்

ஆங்கிலப் பெயர்: Lime Tree. **தெலுங்கு:** Nimma. **சமஸ்கிருதம்:** Jimbira. **மலையாளம்:** Cheru-

Naranga. **ஹிந்தி:** Nimbu Limu. **கன்னடம்:** Nimbe.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *8-10 அடி உயரம் வளரும். இலை மேற்புறம் பசுமையுடன், சிறு புள்ளிகளையும் உடையதாக இருக்கும். இப்புள்ளிகளில் எண்ணெய் நிறைந்திருக்கிறது. இச்செடி முழுமையும் நீண்டு பசுமையுள்ளதான முட்கள் நிறைந்திருக்கும். ஹெஸ்பெரிடியம் வகை கனி காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, காய், பழம், பழச்சாறு, எண்ணெய்.* **சுவை :** *புளிப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *துவர்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *நறுமண எண்ணெய்,* Citric Acid *ஆகியவை பழத்தில் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *குளிர்ச்சியுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *அஜீரணம், நாவறட்சி, உடல்சூடு, மயக்கம், பைத்தியம், நரம்புத் தளர்ச்சி, மனச்சோர்வு, வெட்டை, காதுவலி, பித்த வாந்தி, சுவையின்மை, நகச் சுற்று, வயிற்றுப் போக்கு முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. எலுமிச்சை இலையை மோரில் ஊற வைத்து பின் இலையை வடிகட்டி மோரை மட்டும் உணவுடன் சேர்த்து கொடுத்துவர வெட்டைச் சூடு, பித்த சூடு, அஜீரணம், தாகவறட்சி நீங்கும்.

2. எலுமிச்சம் பழத்தை சாறாகவும், ஊறுகாயுமாக தினந்தோறும் 6 மாதங்கள் பத்தியத்துடன் சாப்பிட்டுவர இள நரை மாறும். முதுமை தோன்றாது. பைத்தியம், நரம்புத்தளர்ச்சி, வயிற்றுப் பொருமல் தீரும்.

3. எலுமிச்சம் பழச்சாறு 4 - 5 துளிகள் காதில்விட காதுவலி குணமாகும்.

4. சீரகத்தை தேன்விட்டு லேசாக வறுத்து அத்துடன் எலுமிச்சம் பழச்சாறு விட்டுக் காய்ச்சி கொடுக்க வயிற்றுப் போக்கு, வாந்தி நிற்கும்.

5. எலுமிச்சம் பழச்சாறு, கரிசலாங்கண்ணியிலைச்சாறு, பால் வகைக்கு 500 மி.லி. வீதம் 1.5 லிட்டர் நல்லெண்ணெயில் கலந்து பதமாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 6 மாதங்கள் தலையில் தேய்த்துவர முடி நரைக்காமலும் அடர்த்தியாகவும் வளரும்.

6. சீரகத்தை எலுமிச்சம்பழ சாறில் ஊறவைத்து, பின் காயவைத்து தேவைப்படும்போது கொடுத்துவர சுவையின்மை, பித்த வாந்தி, குமட்டுதல், மயக்கம், வயிற்றுப் போக்கு குணமாகும்.

7. நகச்சுற்றுக்கு எலுமிச்சம் பழத்தை விரலில் சொருகி வைக்க பழுத்து உடையும். விரைவில் வேதனை நீங்கும்.



32. எட்டி

வேறு பெயர்கள்: *காஞ்சிரம், விடமுட்டி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Strychnos Nux-vomica. **குடும்பப் பெயர்:** Loganiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Nux-vomica Strychine Tree. **தெலுங்கு:** Mushti. **சமஸ்கிருதம்:** Visha-Mushti Kupilu. **மலையாளம்:**



விதை இலை பழம்







Kanjiram. **ஹிந்தி:** Kuchia.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *40 - 50 அடி வரை வளரும். செம்மை கலந்த மஞ்சள் நிற பழங்கள் விதை வட்டமாக, நடுவில் குழியுடையதாகவும் அதன் மேற்புறம் பற்றியிருக்கும் தோலில் பட்டுப் போன்ற மினு மினுத்துள்ள சுனையுமிருக்கும். உட்பாகம் மிகக் கடினமாக இருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பழம், விதை, மரப்பட்டை, வேர்ப்பட்டை. சுவை: கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *விதையில்* Strychinine, Brucine, Vomicine *ஆல்கலாய்டுகள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *அழுகலகற்றி, நீர்மலம் போக்கி, சிறுநீர் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வளிக்குற்றத்தை தன்னிலைப் படுத்தும். நரம்புகட்கு வன்மை தரும். வாந்தி, கழிச்சல் இவைகளை உண்டாக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நீரில் இதன் இலைகளைச் சேர்த்து காய்ச்சி, வளிநோயினருக்கு நீராட்டலாம்.

2. இளந்தளிர் இலையை சீலையில் முடிந்து, அடுப்புக் கும்பியில் செருகி, வெந்த பின் எடுத்து, அம்மியிலிட்டு அரைத்து அதனோடு குளிர் வெண்ணெய் கூட்டிக் குழைத்துக் கட்டிகளின் மீது தடவிவரக் கட்டிகள் நாளுக்கு நாள் உள்ளே அழுந்திவிடும்.

3. இதன் பழங்களை வரகு, வைக்கோலில் வதக்கி, ஓட்டையும், கொட்டைகளையும் நீக்கி, உட்சதையை மாத்திரம் ஒரு துல்லிய சீலையிலிட்டுப் பிழிந்து எடுத்த ரசத்துடன், நேர் எண்ணெய் கலந்து காய்ச்சி வடிகட்டி சீழ் வீக்கங்கட்குப் போடலாம்.

4. எட்டிக் கொட்டையை தனிப்பட நம்நாட்டு மருத்துவர்கள் உள்ளுக்குக் கொடுக்கும் மருந்தாகப் பயன்படுத்தக் கூறவில்லை. ஆயினும் மேனாட்டு மருத்துவ முறைப்படி எட்டிக் கொட்டைத் தூள் 2 கிராம், வெந்நீர் 12 அவுன்ஸ், ஒரு மணிநேரம் ஊற வைத்து இதில் $^{1}/_{2}$ அவுன்ஸ் வீதம் நாள் ஒன்றுக்கு 3 வேளை கொடுக்க நீரேற்றம், நரம்புகளைப் பற்றி உண்டாகும் நோய்கள் போகும் என்பர்.

5. சித்தர் இரசகந்தி மெழுகு, நந்திமை போன்ற உயரிய மருந்துகளில் இதனை ஒரு சரக்காகப் பயன்படுத்தி உள்ளனர்.

6. வெளியே பயன்படுத்தப்படும் தைல வர்க்கங்களில் இது சேர்கின்றது. உதாரணமாக சிறு விடமுட்டி தைலம், இலகுவிடமுஷ்டி தைலம்.

7. எட்டி மரத்தின் மேல்புறணிகளைச் சீவி வெய்யிலில் உலர்த்தி, நுண்ணிய பொடி செய்து 65 - 130 மி.கி எடையளவு சுரங்கட்கும் வலிப்பு நோய்கட்கும் இது சிலரால் கையாளப்பட்டு வருகிறது.

8. எட்டியின் வடவேர்ப்பட்டையைச் சுமார் ஒரு வராகனெடை எடுத்து சிதைத்து, கொதிக்கின்ற ஆழாக்கு வெந்நீரில் ஒரு மணி நேரம் ஊறவைத்து வடிகட்டி நாள் ஒன்றுக்கு ஒரு முறை 700 மி.லி ஊறல் குடிநீரைக் கொடுக்க, சூதகவலி போகும்.



33. ஏலக்காய்



வேறு பெயர்கள்: *துடி, கோரங்கம், ஆஞ்சி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Eletaria Cardamomum. **குடும்பப் பெயர்:** Zingiberaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Caramom Seeds. **தெலுங்கு:** Elakaya. **சமஸ்கிருதம்:** Ela. **மலையாளம்:** Elattari. **ஹிந்தி:** Elachi. **கன்னடம்:** Elakkai.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *மட்டநிலத் தண்டுடையது. இலைகள் 3 அடி நீளமானவை, தாவரத்தின் அடியில் இருந்து வெளிவரும் ரெசிம் மஞ்சரியில் மலர்கள் காணப்படும். வெளிவரும் காய் பச்சை நிறத்தில் காய்க்கும். காயில் மூன்று அறைகள் உள்ளன. ஒவ்வொரு அறையிலும் 5 - 8 விதைகள் உள்ளன.*

பயன்படும் பகுதி : *விதை.* **சுவை :** *கார்ப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *ஏல அரிசியில் நறுமண எண்ணெய்,* Cineol, Limonene *ஆகிய டெர்பீனாய்டுகள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *அகட்டுவாய்வகற்றி, சிறுநீர்ப் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாய், தொண்டை, இவைகளில் உண்டாகும் நோய்கள், நீர்ச்சுருக்கு, குடல்நோய், வாந்தி, வயிற்றுப் போக்கு, இருமல், நெஞ்சில் கோழை கட்டுதல், சிலந்தி நஞ்சு, வாய் நாற்றம், வயிற்றுப் பொருமல், ஆண்மைக் குறைவு, பித்தம், உஷ்ண பேதி முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஏலம், நெல்லி, வால் மிளகு, அதிமதுரம், சந்தனம் ஆகியவற்றின் பொடிகளை வகைக்கு 50 கிராம் எடுத்து சர்க்கரை 150 கிராம் சேர்த்துக் கலந்து 3 - 5 கிராம் வீதம் கொடுத்துவர வயிற்றுவலி, நாவறட்சி, இருமல், வாய், தொண்டைப் புண்கள், வாந்தி முதலியன தீரும்.

2. ஏலம், கோஷ்டம், சந்தனம், அதிமதுரம், விலாமிச்ச வேர், நன்னாரி, பர்ப்படாகம், செங்கழுநீர், வெட்டி வேர், சுக்கு, கோரைக் கிழங்கு சம அளவு எடுத்து நீர் விட்டு எட்டில் ஒன்றாக வற்றக் காய்ச்சி தினமும் 2 வேளைகள் 50 மி.லி வீதம் பருகிவர காய்ச்சல், வியர்க்குரு, உடல்சூடு முதலியன குணமாகும்.

3. ஏலரிசி, திப்பிலி, லவங்கப்பட்டை, முந்திரி வகைக்கு 100 கிராம் வீதமும் பேரிச்சை, அதிமதுரம், சர்க்கரை வகைக்கு 50 கிராம் வீதமும் சேர்த்து இடித்து சூடாக

இருக்கும் போதே 5 கிராம் வீதம் உருண்டை செய்து தினமும் காலை - 1 , மாலை - 1 என உட்கொண்டுவர வயிற்றுப் பொருமல், மாந்தம், வயிற்றுவலி, வயிற்றுப்போக்கு குணமாகும்.

4. 75 கிராம் ஏலத்துடன் 150 கிராம் பனைவெல்லம் சேர்த்து 350 மி.லி நீரில் காய்ச்சி தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர பித்தத்தால் உண்டாகும் தலைவலி நீங்கும்.

5. ஏலம், சீரகம், ஓமம் சம அளவு எடுத்து வறுத்துப் பொடியாக்கி 35 கிராம் வீதம் காலையில் மட்டும் சாப்பிட்டுவர அஜீரணம் நீங்கும்.

6. ஏலம், சீரகம், இலவங்கம், சுக்கு இவற்றை சமஅளவு எடுத்து பொடியாக்கி 15 கிராம் வீதம் காலை, மாலை கொடுத்து வர வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் பொருமல் தீரும்.



34. ஓமம்

வேறு பெயர்கள்: *பிரம தர்ப்பை, உக்கிர கந்தம், அக்கினி வர்த்தனம், தீப்பியகம், அசமதா.* **தாவரவியல் பெயர்:** Carum Copticum (Old Name: Carum Roxburghianum). **குடும்பப் பெயர்:** Apiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Aprum Involucreatum. **தெலுங்கு:** Ajamodagam. **சமஸ்கிருதம்:** Ajamoda. **மலையாளம்:** Ajamotha Omum. **ஹிந்தி:** Ajwan. **கன்னடம்:** Ajamodu-Omum.



வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள். தண்டு, இலை களில் எண்ணெய்ச் சுரப்பிகள் உள்ளதால் நறு மணம் உடை யவை. மலர்கள் அம்பல் மஞ்சரியில் கிளைகளின் நுனியில் காணப்படும். கிரிமோகார்ப் வகை கனிகள் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *விதை.* **சுவை :** *கார்ப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: Thymol *என்ற வேதிப் பொருள் இதன் கனிகளில் காணப்படும்.*

செய்கைகள்: *உறக்கமுண்டாக்கி, துயரடக்கி, இசிவகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *நுரையீரல் நோய்கள், அஜீரணம், வயிற்று வலி, வறட்டு இருமல், கல்லீரல், மண்ணீரல் நோய்கள் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஓமம், ஏலம், திப்பிலி, சுக்கு, மிளகு சம அளவு எடுத்து லேசாக வறுத்து பொடி செய்து இத்துடன் சம அளவு சர்க்கரை சேர்த்து தினமும் 2 வேளைகள் 5 கிராம் வீதம் கொடுத்து வர தீராத வயிற்றுப் போக்கு, அஜீரணம், வயிற்று வலி தீரும்.

2. ஓமப் பொடியை குடிநீர் செய்து குடித்துவர சிறுநீர்க்கட்டு, கல்லடைப்பு, வயிற்றுப் பொருமல் நீங்கும்.

3. ஓமத்தை குடிநீர் விட்டு அரைத்து, கட்டிகள், வீக்கங்களில் பற்றுப்போட அவைகள் மறையும்.

4. ஓமம், கசகசா, திப்பிலி, ஆடாதோடையிலை வகைக்கு 50 கிராம் எடுத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு $^1/_2$ லிட்டராகக் காய்ச்சி தினமும் 2 வேளைகள் 20 மி.லி வீதம் கொடுத்து வர இரைப்பிருமல், நுரையீரல் கபம் நீங்கும்.



35. ஓரிதழ் தாமரை



வேர்



வேறு பெயர்கள்: *சூரிய காந்தி, இரத்தின புருஷ்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Ionidium Suffrutiocosum. **குடும்பப் பெயர்:** Violaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Viola Suffruticosa. **தெலுங்கு:** Suriyakanti. **சமஸ்கிருதம்:** Sooryagandi. **மலையாளம்:** Orelatamara. **ஹிந்தி:** Ratan-Prurs. **கன்னடம்:** Sooryakanti.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இலைகள் மாற்ற டுக்கில் அமைந்தவை. ஒரே இதழுடன் உள்ள சிவப்பு ரோஜா இதழ் நிறமான பூக்களைக் கொண்டது. 1/2 அடி உயரம் வரை வளரும் தாவரம்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ, வேர், காய், பட்டை.* **சுவை:** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதில் தேள்கடிவிடத்தைப் போக்கும் ஆல்கலாய்டு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *உடலுரமாக்கி, இச்சைபெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது உடலுக்கு குளிர்ச்சியைத் தரும். ஊடலை வலிமையாக்கும். நீர்ச்சுருக்கு, மூலம், தாது நஷ்டம், தாய்ப்பாலின்மை இவைகளைப் போக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஓரிதழ்தாமரை இலை, யானை நெருஞ்சில், கீழாநெல்லி இலை வகைக்கு 15 கிராம் வீதம் எடுத்து அரைத்து 150 மி.லி. எருமைத் தயிரில் இருவாரம் கொடுத்து வர பெரும்பாடு, நீர்த்தாரை எரிச்சல், உடல் அசதி தீரும். (பத்தியமிருந்தால் கூடுதல் பலன் கிட்டும்.)

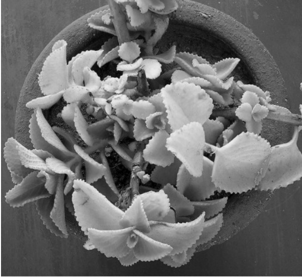
2. இதன் சமூலம், கோரோசனை, பச்சைக் கற்பூரம் இவற்றை சமஅளவு எடுத்து பசு நெய்யில் கலந்து உடம்பில் பூச தலையில் உள்ள நோய்கள், புண், மேகவெட்டை, சிரங்கு, சொறி, படை குணமாகும்.

3. இதன் இலையை தினந்தோறும் விடிவதற்கு முன் உண்டுவிட்டு பால் அருந்திவர 2 மாதத்திற்குள் சிறுநீர் எரிச்சல், சிற்றின்பப் பலஹீனம், வெள்ளை, அதிமூத்திரம், தாது நஷ்டம் முதலியன நீங்கும்.

4. இலை மற்றும் தண்டின் கஷாயம், மூலம், நீர்க்கட்டு, உட்சூடு, மேக நோய்களைப் போக்கி முகப் பொலிவை அளிக்கும்.



36. ஓமவள்ளி



குடும்பப் பெயர்கள்: Lamiaceae. **தாவரவியல் பெயர்:** Coleus Anomaticus.

ஆங்கிலப் பெயர்: The Bishopsweed. **தெலுங்கு:** Mormamu. **சமஸ்கிருதம்:** Yavani. **மலையாளம்:** Momam, Ayamodakam. **ஹிந்தி:** Ajvayam. **கன்னடம்:** Voma.

இலை



வளரியல்பு: *புதர்ச் செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *புதர்போன்று கொத்தான இலைத் தொகுப்புகளுடன் காணப்படும் இலைகள் மணமுள்ளவை, பசுமையானவை, தடிப்பான சதைப்பற்றுடன் இருக்கும். நீலநிறமான பூங்கொத்துகள் வாசனையுடன் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை.* **சுவை:** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலைகளில் நறுமண எண்ணெய் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *வியர்வைப் பெருக்கி, கோழையகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *ஆஸ்த்துமா, இருமல், மார்பு கபக்கட்டு, அம்மைக் கொப்புளம், வாதக்கடுப்பு, மாந்தம் முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. ஓமவள்ளி இலையுடன் கற்கண்டு சேர்த்துக் கொடுக்க குழந்தைகளின் இருமல் நீங்கும்.

2. ஓமவள்ளி இலைச்சாற்றுடன் நல்லெண்ணெய், சர்க்கரை சேர்த்து தலையில் தடவிவர தலைச்சூடு, மூக்கு நீர் பாய்தல் ஆகியவை தீரும்.

3. ஓமவள்ளி இலையையும், காம்பையும் கஷாயமாக்கிக் கொடுக்க கபம், கோழை நீங்கும்.

4. ஓமவள்ளி இலையைக் கொடுத்துவர குழந்தைகளின் மாந்தம் தீரும்.

5. ஓமவள்ளி இலைச்சாற்றை நீர் சுண்டக் காய்ச்சி 4-8 கிராம் கொடுக்க மேற்கூறிய அனைத்து நோய்களும் குணமாகும்.

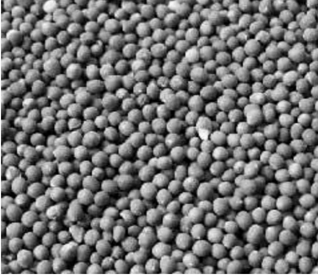
6. கோரோசனை மாத்திரையுடன் கற்பூரவள்ளி இலைச் சாற்றை சேர்த்து உட்கொள்ள கபத்தினால் ஏற்படும் அனைத்து நோய்களும் மட்டுப்படும்.



37. கடுகு

வேறு பெயர்கள்: *ஐயவி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Brassica Juncea (Old Name: Brassica Nigra). **குடும்பப் பெயர்:** Brassicaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Black Mustard Seed. **தெலுங்கு:** Nalla-avalu. **சமஸ்கிருதம்:** Sarsopa. **மலையாளம்:** Karuthma-Kadugu. **ஹிந்தி:** Sarson. **கன்னடம்:** Saaive.



வளரியல்பு: *சிறு செடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *1 மீ உயரம் வளரும். பூக்கள் தண்டின் நுனியில் கொத்தாக மஞ்சள் நிறத்துடன் காணப்படும். சிலிகுவா வகை கனிகள் காணப்படும். இலைகள் தனி இலைகளாக மாற்றிலை அடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். இதன் விதைகள் கடுகு எனப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *விதை.* **சுவை :** *காரம்.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் விதையில்* 'Myrosin' *என்ற குளுக்கோசைடும்,* 'Sinigrin' *என்ற நறுமண எண்ணெயும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *செரிப்புண்டாக்கி, சிறுநீர்ப்பெருக்கி, வாந்தியுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *தலைவலி, இருமல், குடைச்சல், வயிற்று வலி, வாத, பித்த, கப நோய்கள், விக்கல் இவைகள் நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கடுகைத் தூள் செய்து அரிசி மாவுடன் சம அளவு கலந்து தேவையான நீர் விட்டு பசைபோல் கிளறி துணியில் தடவி கீழ்க் கண்டவாறு பற்றிட நோய்களை குணப்படுத்தலாம்.

A. *தோள்பட்டை, மார்பு - இரைப்பு, சுவாசம், இருமல் நீங்கும்.*

B. *அடிவயிறு - வயிற்றுவலி. வயிற்றுளைச்சல், விஷபேதி தீரும்.*

C. *பிடரி அல்லது பாதம் - காய்ச்சல், தலைவலி, வெறி, அம்மை குணமாகும்.*

D. *இடது மார்பு - வாத, கபத்தினால் ஏற்படும் சுரம். விஷபேதி.*

E. *பாதம், அடிவயிறு - தூக்கமின்மை, இரத்த ஓட்டமின்மை.*

2. கழுத்து வலி, முக வீக்கம், பல்வலி போன்றவற்றிற்கு அந்தந்த இடத்தில் மேற்படி போட்டு வர குணமாகும்.

3. கடுகைப் பொடி செய்து தினமும் காலை, மாலை 3-5 கிராம் வீதம் கொடுத்து வர விந்தணு குறைபாடு நீங்கும். ஞாபக சக்தியும் பெருகும்.

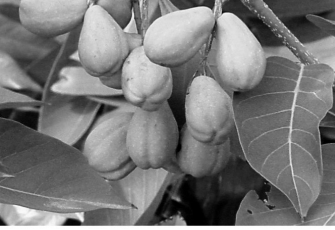
4. கடுகு, உப்பு, மிளகு இம்மூன்றையும் சம அளவு இடித்து தினமும் 5 கிராம் வீதம் சாப்பிட்டு சுடுநீர் அருந்த வாத, பித்த, கபத்தினால் தோன்றும் அனைத்து நோய்களும் மட்டுப்படும்.

5. 150 மி.லி வெந்நீரில் 10 கிராம் கடுகுத்தூளைப் போட்டு ஊறவைத்து கொடுக்க விக்கல் நீங்கும். விக்கலை நிறுத்துவதற்கு இது சிறந்த வழியாகும்.



38. கடுக்காய்

வேறு பெயர்கள்: *திவ்யா, பூதனா, ஜீவப்பிரியா, ஜெயா, அமுதம், சிவா, ப்ராணதா, வரிக்காய், அந்தன், காயச்சித்தி, வன துர்க்கை, மேகம், கடு, பத்தியம், வாத நாசினி,*



கடுக்காய்



பிஞ்சு



அம்மை, அமரிதம். **தாவர வியல் பெயர்:** Terminalia Chebula. **குடும்பப் பெயர்:** Combretaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Chebulic Myrobalam. **தெலுங்கு:** Karakkaya. **சமஸ்கிருதம்:** Pathya. **மலையாளம்:** Katukkai. **ஹிந்தி:** Pile Hara. **கன்னடம்:** Anite-kayi.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள் எதிரிலை அடுக்கத்தில் இருக்கும். மங்கிய வெண்மைநிற பூக்கள் கிளைகளின் நுனியில் காணப்படும். 2-4 செ.மீ நீளமுள்ள நீள்வட்ட வடிவமான கனிகள், மஞ்சள் நிறம் உடையவை, 5 தெளிவற்ற கோடுகள் கனித்தோலில் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *பிஞ்சு, காய், கடுக்காய்.* **சுவை :** *இனிப்பு, புளிப்பு, கைப்பு, கார்ப்பு, துவர்ப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *கடுக்காயில்* Tannin, Chebulinic Acid *ஆகிய வேதிப்பொருட்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *நீர், மலம்போக்கி, துவர்ப்பி, உடல்உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத, பித்த, கப நோய்களைப் போக்கும். வாய்ப்புண், வயிற்றுப் புண் (அல்சர்), மூலம், மலச்சிக்கல், தோல் நோய்கள், உடல் வலிகள், அதிமூத்திரம், கண் நோய்கள், நாவறட்சி, பக்கவாதம்,*

இருமல், இளைப்பு மற்றும் பல நோய்களை குணப்படுத்தும்.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கடுக்காயைப் பொடி செய்து பல் துலக்கி வர ஈறி லிருந்து இரத்தம் வடிதல், ஈறுவலி, பல்வலி, பல் ஆட்டம் தீரும்.

2. கடுக்காய், நெல்லிக்காய், கொட்டை நீக்கிய தான்றிக்காய், காசிக்கட்டி இவற்றை சம அளவு எடுத்து பொடி செய்து தேங்காய் எண்ணெயுடன் ஆறாத புண்களில் பூசி வர விரைவில் ஆறும்.

3. 20 கிராம் கடுக்காய்த் தூளை 250 மி.லி நீரில் கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி காலை, மாலை கொடுத்து வர அதிமூத்திரம், கண் எரிச்சல், கண் நோய்கள் குணமாகும்.

4. 100 மி.லி பாலில் கடுக்காய்த் தூள் 10 கிராம் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர கபத்தினால் வரும் அனைத்து நோய்களும் நீங்கும்.

5. கடுக்காய்த் தூள், திப்பிலி, சுக்கு, தேன், வெல்லம் சமபங்கு எடுத்து லேகிய பதமாகக் கிளறி காலை, மாலை 10 கிராம் வீதம் சாப்பிட்டு வர வாத, பித்த, கப நோய்களினால் வரும் அனைத்து நோய்களும் குணமாகும்.

6. கடுக்காய்த்தூள் 15 கிராம், கிராம்புத்தூள் 15 கிராம் எடுத்து 200 மி.லி. நீரில் கொதிக்க வைத்து காலையில் மட்டும் குடித்துவர வயிற்றுக் கடுப்பு, வாந்தி, குமட்டல் நீங்கி சுகபேதியாகும். வாய்ப்புண், வயிற்றுப்புண் நீங்கும். உடலும் பலம் பெறும்.

7. கடுக்காய்த் தூளுடன் தேன் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் உட்கொண்டு வெந்நீர் அருந்த கப நோய்கள் தீரும். உடலிலுள்ள அதிகப்படியான கொழுப்பு கரைந்து, உடல் ஆரோக்கியம் பெறும்.



39. கட்டுக் கொடி



வேறு பெயர்கள்: *தண்ணீரைக் கட்டியாக்கும் மூலிகை.* **தாவர வியல் பெயர்:** Cocculus Hirsutus (Old Name: Cocculus Villosus). **குடும்பப் பெயர்:** Menispermaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Brown Creeper. **தெலுங்கு:** Dusari-tiga. **சமஸ் கிருதம்:** Jalijamni. **மலையாளம்:** Kattukodi. **ஹிந்தி:** Faridate.

வளரியல்பு: *ஏறு கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள், மாற்றிலை அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இலை கோணத்திலுள்ள ரெசிம் மஞ்சரியில் பூக்கள் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, வேர்.* **சுவை :** *துவர்ப்பு, கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இரண்டுவகை ஆல்கலாய்டு களும் ஒரு அமிலமும் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *உடல் தேற்றி, உள்ளழலாற்றி, மலமிளக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலுக்கு குளிர்ச்சி யைத் தரும். உமிழ்நீரைப் பெருக்கும். மலச் சிக்கலைப் போக்கும். உடலுக்கு பலம் அளிக்கும். வயிற்று வலி, தோல் நோய்கள் நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கட்டுக்கொடி வேரையும், கழற்சிப் பருப்பையும் விழுது போல் அரைத்து 50 மி.லி. வீதம் கொடுத்து வர வயிற்றுவலி, குழந்தைகளின் மாந்தம் நீங்கும்.

2. கட்டுக் கொடி இலைச்சாற்றை நீரில் விட வெண்ணெய் போல் கட்டிப்படும். இதை உள்ளுக்குக் கொடுக்க உடல் சூடு, மலச்சிக்கல் பொன்றவை தீரும். வெளி உபயோகமாக தடவி வர தோல் நோய்கள் மறையும்.

3. கட்டுக் கொடி இலையை வேப்பங்கொழுந்துடன் சமபங்கு அரைத்து காலையில் உண்டுவர உடல் எரிச்சல், உடல் அசதி, சர்க்கரை நோய், நீர் வேட்கை, சிறுநீரகக் கோளாறுகள் நீங்கும்.

4. கட்டுக் கொடி இலைச் சாற்றுடன் இஞ்சிச் சாறு, சர்க்கரை சேர்த்து கொடுத்து வர பித்தத்தினால் தோன்றும் வலிகள் குணமாகும்.

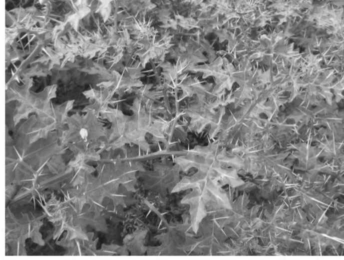
5. 20 கிராம் கட்டுக் கொடி வேரை 100 மி.லி நீரில் கொதிக்க வைத்து 50 மி.லி வீதம் கொடுத்து வர வாதத்தினால் ஏற்படும் நோய்கள் தீரும்.

6. கட்டுக் கொடி இலையை அரைத்து 30 கிராம் வீதம் எருமைப் பாலில் கலந்து கொடுத்து வர பெரும்பாடு நீங்கும்.

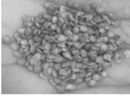


40. கண்டங்கத்திரி

வேறு பெயர்கள்: *சுவாச காசக்கினி, கப நாசினி, பொன்னிறத்தி, முள் கொடிச்சி, சிங்கினி, கன்னங்கத்திரி, பாப்பார முள்ளி, கறி முள்ளி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Solanum Surattense (Old Name: Solanum Xanthocarpum). **குடும்பப் பெயர்:** Solanaceae.



விதை



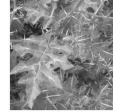
பூ



காய்



இலை



ஆங்கிலப் பெயர்: Wild Eggs Plant. **தெலுங்கு:** Nela mulaka-vakudu. **சமஸ்கிருதம்:** Kanta-karika. **மலையாளம்:** Vellottu. **ஹிந்தி:** Kateli. **கன்னடம்:** Nela-gulla.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தாவரம் முழுவதும் 1.5 செ.மீ நீளமுள்ள மஞ்சள் நிறமான முட்கள் காணப்படும். இலைகளின் ஓரம் பிளவுற்று பற்கள் போன்று காணப்படும், மாற்றடுக்கில் அமையப் பெற்றிருக்கும். நீலநிறப் பூக்கள் சிறு கொத்துகளாகக் காணப்படும். மஞ்சள் நிறமான பழங்கள் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ, காய், பழம், விதை, பட்டை, வேர்: (சமூலம்). சுவை: கார்ப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: Carpesterol, Solanocarpine *ஆகிய ஆல்கலாய்டுகள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, அகட்டுவாய்வகற்றி, சிறுநீர்ப்பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது கோழையை அகற்றி, சிறுநீரைப் பெருக்கும். குடலில் தோன்றும் வாயுவைப் போக்கும். பல்வலி, தொண்டைக் கட்டு, மலச்சிக்கல் முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கண்டங்கத்திரி வேர், ஆடாதோடை வேர் வகைக்கு 30 கிராம், திப்பிலி 5 கிராம் சேர்த்து சிதைத்து 1.5 லிட்டர் நீரில் கொதிக்க வைத்து 500 மி.லி யாக சுண்டியதும் தினமும் 100 மி.லி வீதம் 3 வேளைகள் கொடுத்து வர ஆஸ்த்மா, இருமல், நுரையீரலில் தோன்றும் கப நோய்கள் நீங்கும்.

2. கண்டங்கத்திரி சமூலத்தை நன்கு அரைத்து 20 கிராம் எடுத்து நீரில் கலந்து தினம் 2 வேளைகள் குடித்து வர மூக்கில் நீர் பாய்தல், தலை நீரேற்றம் மற்றும் கப நோய்கள் குணமாகும்.

3. கண்டங்கத்திரி விதையை நெருப்பிலிட்டு வரும் புகையை சுவாசிக்க, வாயிலுள்ள கிருமிகள் மடியும். பல் வலி நீங்கும்.

4. கண்டங்கத்திரி வேர் 25 கிராம், கொத்தமல்லி 10 கிராம், சீரகம் 2 கிராம், சுக்கு 5 கிராம் எடுத்து 2 லிட்டர் நீரில்

போட்டு காய்ச்சி 4 ல் 1 பங்காக சுருக்கி, தினமும் 3 வேளைகள் 100 மி.லி. வீதம் கொடுத்து வர நுரையீரலினால் தோன்றும் காய்ச்சல், சளிக்காய்ச்சல், கபநோய்கள் நீங்கும்.

5. கண்டங்கத்திரி சமூலத்துடன் இந்துப்பு, பெருங்காயம் கலந்து 10 கிராம் வீதம் சாப்பிட்டு வெந்நீர் அருந்த இளைப்பிருமல் நீங்கும்.

6. கண்டங்கத்திரிக்காய் சாற்றுடன் தேன் கலந்து 100 மி.லி வீதம் அருந்தி வர தொண்டைக்கட்டு குணமாகும்.



41. கஸ்தூரி மஞ்சள்

வேறு பெயர்கள்: *கஸ்தூரி மஞ்சள், காட்டு மஞ்சள்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Curcuma Aromatica. **குடும்பப் பெயர்:** Zingiberaceae.



ஆங்கிலப் பெயர்: The Round Zeodary. **தெலுங்கு:** Kasturi-pasupu. **சமஸ்கிருதம்:** Gandamasti. **மலையாளம்:** Kattu-manjal. **ஹிந்தி:** Gandamasti. **கன்னடம்:** Kasturi-arishina.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *மட்டநிலத் தண்டைக் கொண்டு, பல பருவங்களாக வாழும் சிறுசெடிகள். மட்டநிலத் தண்டு நறுமணம் உடையது. தனி இலைகள், இரண்டு வரிசைகளில் அமைந்துள்ளன.*

பயன்படும் பகுதி : *கிழங்கு.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் மட்டநிலத் தண்டில்* Curcumin *என்ற ஆல்கலாய்டும், நறுமண எண்ணெயும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *அகட்டுவாய்வகற்றி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது உடலுக்கு வெப்பத்தையும், பலத்தையும் அளிக்கும். பெரும் புண்கள், நுண் புழுக்கள், தோல் நோய்கள் நீங்கும். அறிவையும், ஆண்மையையும் பெருக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

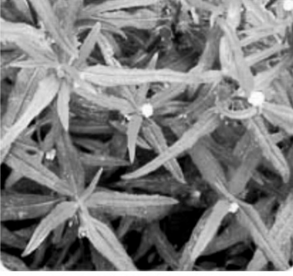
1. கஸ்தூரி மஞ்சளை எண்ணெயில் காய்ச்சி உடலில் தேய்த்து வர தோல் நோய்கள், உடல் வலி, அடிபட்ட வலிகள், புண்கள் மறையும்.

2. கஸ்தூரி மஞ்சள் பொடியை தேய்த்துக் குளித்து வர மாந்தம், கரப்பான், நாட்பட்ட புண், சொறி, சிரங்கு, படை முதலியன தீரும்.

3. கஸ்தூரி மஞ்சள் பொடியை தினமும் நீருடன் கலந்து அருந்தி வர வயிற்று வலி, வயிற்றுக் கோளாறுகள் நீங்கி, ஆண்மை பெருகும்.



42. கரிசலாங்கண்ணி



இலை



பூ



வேறு பெயர்கள்: *கரிசாலை, கரிப்பான், பிருங்கராஜம், கைகேசி, கரிசலை, கையாந்த கரை, கையான், தேகராஜம், கரசனாங்கண்ணி, கரிய சாலை, பொற்கொடி, பொற்றலைப் பாவை, கைவீசி இலை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Ecliptaalba. **குடும்பப் பெயர்:** Asteraceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Prostata. **தெலுங்கு:** Guntagalijaeru. **சமஸ்கிருதம்:** Bhringaraj. **மலையாளம்:** Kanjunn. **ஹிந்தி:** Bungrah. **கன்னடம்:** Kadige-garage.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *ஒரு அடி உயரம்வரை வளரும் சிறு செடி. சொரசொரப்பான தனி இலைகள் எதிரிலை, குறுக்கு மறுக்கு அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். சிரமஞ்சரியில் வெள்ளை நிறச் சிறு மலர்கள் அல்லது மஞ்சள் நிற சிறு மலர்கள் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ,கொடி, வேர்.* **சுவை :** *கைப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் சமூலத்தில்* Ecliptine *என்ற ஆல்கலாய்டு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *ஈரல் தேற்றி, வீக்கமுருக்கி, உடல் தேற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உள் உறுப்புகளில் உள்ள கெட்ட நீர்களை வெளியேற்றி சுத்தம் செய்கிறது. உடலுக்குத் தேவையான பித்தம், ரத்தம், நீர் இவைகளை உற்பத்தி செய்கிறது. காமாலை, ரத்தசோகை, விஷக்கடிகள், பார்வை மங்குதல், உடல் அசதி, மலச் சிக்கல், கப நோய்கள், முடி உதிர்தல், காது நோய்கள் மற்றும் பல நோய்களை குணப்படுத்தும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கரிசாலை இலை 10 கிராம், மிளகு 2 கிராம் எடுத்து நன்கு அரைத்து 100 மி.லி. மோரில் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர இரத்த சோகை, மஞ்சள் காமாலை, ரத்த ஓட்டமின்மை முதலியன தீரும்.

2. கரிசாலை சமூலத்தை அரைத்து நல்லெண்ணெய் சேர்த்து கால்களில் தடவி வர யானைக்கால் நோய் குணமாகும்.

3. கரிசாலை இலைச்சாறு 30 மி.லி. புளித்த மோர் 150 மி.லி. கலந்து குடிக்க பாம்பு கடித்த விஷம் நீங்கும். இலையை அரைத்து விஷக்கடிகளின் மேல் பற்று போட விரைவில் நிவாரணம் கிடைக்கும்.

4. 3 துளிகள் கரிசாலை இலைச்சாறுடன், 10 துளிகள் தேன் கலந்து குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க ஜலதோஷம் குணமாகும்.

5. கரிசாலை இலைச்சாறு 500 மி.லி. நல்லெண்ணெய் 500 மி.லி., அதிமதுரம் 50 கிராம் சேர்த்து பதமாகக் காய்ச்சி இறக்கி, வடிகட்டி தினமும் காலை, மாலை 5 மி.லி. வீதம் கொடுத்து வர ஆஸ்த்மா, குரல் கம்மல், இளைப்பு, இருமல், சளி மற்றும் கப நோய்கள் குணமாகும். இந்த எண்ணெயை தலைக்கு தேய்த்து வர விரைவில் பலன் கிட்டும்.

6. கரிசாலை வேரை கஷாயமாக்கி அருந்தி வர வெட்டை, சிறுநீர் எரிச்சல், கண் நோய்கள் நீங்கி புத்தி தெளிவாகும்.

7. கீழாநெல்லி, தும்பை, கரிசாலை இவற்றின் இலைச்சாற்றை அரைத்து 50 மி.லி. வீதம் மோரில் கலந்து காலை, மாலை அருந்தி வர மஞ்சள்காமாலை நீங்கும். உப்பு, புளி, காரம் தவிர்க்க வேண்டும்.

8. பூக்காத கொட்டைக்கரந்தை, கரிசாலை இவற்றின் இலைகளை சூரணம் செய்து தேன் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர நரை முடி மாறும்.

9. கரிசாலை இலைச் சூரணத்தை தினமும் சாப்பிட்டு வர மலச்சிக்கலை நீக்கி உடலுக்கு ஆரோக்கியம் தரும்.

10. கரிசாலை வேர்சூரணத்தை தினமும் தேனுடன் உட்கொள்ள கல்லீரல், மண்ணீரல் நோய்கள் குணமாகும்.



43. கருவேப்பிலை



வேறு பெயர்கள்: *கறிவேப்பிலை. கறியபிலை, கறிவேம்பு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Murraya Koenigii. **குடும்பப் பெயர்:** Rutaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Curry Leaf. **தெலுங்கு:** Kari-Vepo-chettu. **சமஸ்கிருதம்:** Surabhinimba. **மலையாளம்:** Kari-Veppa. **ஹிந்தி:** Karayapak. **கன்னடம்:** Kari-Vebu.

வளரியல்பு: *சிறிய மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இலைகள் தண்டு மற்றும் கிளைகளின் நுனியில் கொத்தாக இருக்கும். இலையின் உள் திசுவில் பல எண்ணெய்க் குழிகள் உள்ளன. வெள்ளை நிற பூக்கள் உச்சியில் கொத்தாகக் காணப்படும். பழங்கள் கருப்பு நிறமானவை.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, ஈர்க்கு, பட்டை, வேர்.* **சுவை :** *சிறு கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலையில் நறுமண எண்ணெயும், Koeninigin என்ற குளுக்கோசைடும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *உரமாக்கி, பசித்தீத்தூண்டி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சுவையின்மை, நாட்பட்ட காய்ச்சல், பைத்தியம், தாது நஷ்டம், சீத பேதியால் வரும் வயிற்றுளைவு போன்றவை தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கருவேப்பிலை, பட்டை, வேர் இவைகளைக் குடிநீரிட்டு குடித்து வர நாட்பட்ட சுரம், சுவையின்மை, வயிற்றுளைவு போன்றவை தீரும்.

2. கருவேப்பிலை ஈர்க்கு, நெல்லியீர்க்கு, வேப்பமர ஈர்க்கு சேர்த்து இடித்து பின் நீர் விட்டு காய்ச்சிக் கொடுக்க வாந்தி உடனே கட்டுப்படும்.

3. கருவேப்பிலையுடன் மிளகாயை நெய்யில் வதக்கி பழையபுளி, இந்துப்பு சேர்த்து துவையலாக்கி சாப்பிட சீத பேதி, வாந்தி, அஜீரண பேதி மற்றும் வயிற்றுக் கோளாறுகள் நீங்கும்.

4. கருவேப்பிலை இலையுடன் சீரகம், இந்துப்பு, மிளகு, சுக்கு பொரித்த காரம் சம அளவு எடுத்து சூரணம் செய்து சுடு சோற்றில் நெய்விட்டு பிசைந்து உண்ண குடல் பலஹீனத்தால் ஏற்படும் பேதி, மலச்சிக்கல், அஜீரணம் போன்றவை குணமாகும்.

5. கருவேப்பிலை ஈர்க்கை தாய்ப்பாலிட்டு அரைத்து ரசம் எடுத்து அத்துடன் திப்பிலி, கிராம்பு சேர்த்து 3 வேளைகள் குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க வாந்தி கட்டுப்படும். உண்ட உணவு நன்கு ஜீரணமாகி பசி எடுக்கும்.

6. கருவேப்பிலையை நிழலில் உலர்த்திப் பொடி செய்து சிறிது சர்க்கரையுடன் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர நீர்க்கோவை, பெண்களின் சூதக வாய்வு குணமாகும்.



44. கருவேல்



வேர் பிசின்





வேறு பெயர்கள்: *கருவேலம், கண்டாலு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Acacia Nilotica (Old Name: Acacia Arabica). **குடும்பப் பெயர்:** Mimosaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Babul (Gum Tree). **தெலுங்கு:** Nalla-tumma. **சமஸ்கிருதம்:** Kala-burbura. **மலையாளம்:** Karuvolum. **ஹிந்தி:** Kala-babur. **கன்னடம்:** Karijali.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இரட்டித்த சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள், இலை அச்சின் அடிப்பகுதியில் பல்வைனஸ் என்ற முட்கள் காணப்படும். உருண்டையான சிர மஞ்சரி உடையது. கனி லெகூம் என்ற வெடிகனி வகையைச் சார்ந்தது.*

பயன்படும் பகுதி : *கொழுந்து, பட்டை, வேர், பிசின் விதை.* **சுவை :** *துவர்ப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *பட்டையில்* Tannin *உள்ளது. பிசினில்* Arabic Acid *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, ஆண்மைபெருக்கி, வறட்சிய கற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலிலுள்ள உஷ்ணத்தைக் குறைக்கும். நுரையீரல் நோய்களை நீக்கும். உடலுக்கு பலத்தையும், ஆண்மையையும் அளிக்கும். சளி நோய் தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கருவேலங்குச்சியினால் பல் தேய்க்க பற்கள் இறுகும். இதனால் 'ஆலும் வேலும் பல்லுக்குறுதி' என்ற பழமொழியும் நெடுங்காலமாக உள்ளது.

2. கருவேலம் பிசினைப் பொடி செய்து தினமும் 2 வேளை கொடுத்து வர இரத்தப் போக்கு, குடல்புண், பேதி, நீர் எரிச்சல், இருமல் போன்றவை தீரும். நீர்த்துப்போன விந்து கெட்டிப்படும்.

3. கருவேலம் கொழுந்தை நீர்விட்டு மசிய அரைத்து மோரில் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் குடித்து வர பாஷாண மருந்தின் வீரியம், வெப்பம் மற்றும் சீதக் கழிச்சல்கள் நீங்கும்.

4. கருவேலம் இலைகளை நீர்விட்டு அரைத்து புண்களுக்குக் கட்ட துர்நீர் வெளியேறி புண் ஆறும்.

5. கருவேலம் பட்டைக் குடிநீரை வாய் கொப்பளிக்க பல்லாட்டம், வாய்ப்புண், பல் ஈறு வலிகள் நீங்கும். இந்நீரை காலை, மாலை 50 மி.லி. வீதம் உள்ளுக்குக் கொடுத்து வர நீரிழிவு, காய்ச்சல், சீதக்கழிச்சல், வெப்பத்தினால் உண்டாகும் நோய்கள் குணமாகும்.

6. கருவேலம் இலையை நீர்விட்டு அரைத்து இரவு தோறும் ஆசனவாயில் வைத்துக் கட்டி வர மூலம் குணமாகும்.



45. கருங்காலி



பட்டை



வேறு பெயர்கள்: *உடுக்கை மரம்.* **தாவர வியல் பெயர்:** Acacia Catechu (Old Name: Diospyros Melanoxylon). **குடும்பப் பெயர்:** Mimosaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Black Cat. **தெலுங்கு:** Podalimanu. **சமஸ் கிருதம்:** Khadira. **மலையாளம்:** Khadiram. **ஹிந்தி:** Katha.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இரட்டித்த சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள் காணப்படும். இதன் பட்டை மங்கிய கருப்பு நிறத்திலும், இதன் ஹார்ட் உட் என்ற கட்டையின் மையப் பகுதி நல்ல அடர்கருப்பு நிறத்திலும் காணப்படும். அதனைச் சுற்றி உள்ள கட்டைப் பகுதி மங்கிய வெள்ளை நிறத்தில் காணப்படும். இது இதற்குரிய முக்கிய அடையாளமாகும். இம்மரத்திலும் பரவலாக முட்கள் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *பட்டை, பிசின், வேர்.* **சுவை :** *துவர்ப்பு. தன்மை: சீதம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இம்மரத்தில் Cutch என்ற டானின் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி.* **மருத்துவ குணங்கள்:** *பித்தத்தால் ஏற்படும் வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் புழுநோய், நீரிழிவு, திமிர்வாதம், இருமல், டைஃபாய்டு, பௌத்திரம், வாய்ப்புண், தொண்டைப்புண், பெரும்பாடு, புண்கள், ஈறுகளில் ரத்தம் ஒழுகுதல் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கருங்காலி வேரைக் குடிநீர் செய்து பருகிவர வயிற்றுப் புழு, நீரிழிவு, உடற்சோர்வு முதலியன தீரும்.

2. கருங்காலிப் பட்டையை குடிநீர் செய்து கொடுக்க இருமல், நீரிழிவு, உடற்சோர்வு முதலியன தீரும்.

3. கருங்காலிப் பட்டை அல்லது மரக்கட்டை 1 பங்குடன் 8 பங்கு நீர் சேர்த்து 8-இல் 1 பங்காகக் காய்ச்சி எடுத்துக் கொள்ளலாம். அல்லது கருங்காலிப் பட்டை, கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய் இவற்றை ஒரே அளவு எடுத்து குடிநீர் செய்து கொள்ளலாம். இக் குடிநீரைப் பருகி வர மேற்கண்ட நோய்கள் விலகும்.

4. மேற்கூறிய நீருடன் எருமைநெய், வாய்விடங்கப் பொடி சேர்த்துக் கொடுக்க பௌத்திரம், வாய்ப்புண் முதலியன குணமாகும்.

5. கருங்காலிப் பிசின் 1 - 2 கிராமை நீரில் கலந்து உட்கொள்ள கருங்கரப்பான், மேக நீரிழிவு, பெரும்பாடு, ஆண்மைக் குறைவு நீங்கும்.

6. கருங்காலி மரப்பட்டைக்கு பதிலாக மர வேரைப் பயன்படுத்தினாலும் மேற்கூறிய நோய்கள் தீரும்.



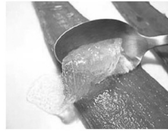
46. கற்றாழை



வேறு பெயர்கள்: *குமரி, கள்ளி, சோற்றுக் கற்றாழை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Aloe Vera. **குடும்பப் பெயர்:** Liliaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Aloe. **தெலுங்கு:** Kalabands. **சமஸ் கிருதம்:** Kumari. **மலையாளம்:** Kattu-Vazha. **ஹிந்தி:** Ghikauvar. **கன்னடம்:** Kathalai gidsa.

மடற்சோறு



வேர்



வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இதன் இலை தடித்து சதைப்பற்றுடன், மியூசிலேஜ் என்ற திரவத்துடன் காணப்படும். ரெசிம் வகை மஞ்சரி காணப்படும். இலையின் மீதுள்ள புறத்தோல் மற்றும் கியூட்டிகில் பாகத்தை கத்தியால் நீக்கிய பின் உள்ள தடித்த சதைப்பற்று சோறு எனப்படும். இது 'இலை தொழில் தண்டு'டைய தாவரம்.*

பயன்படும் பகுதி : *பால், மடற்சோறு, சாறு, வேர்.* **சுவை :** *சிறு கைப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலைச்சாற்றில்* Aloin, Barbaloin, Emodin, Socaloin, Capaloin *ஆகிய ஆந்த்ரோகுயினைன் கிளைக்கோசைடுகள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *ருது உண்டாக்கி, உடற்றேற்றி, நீர், மலம் போக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலைத் தேற்றி பலம் அளிக்கும். சிறுநீரையும், மலத்தையும் வெளிப்படுத்தும். பெண்களுக்கு ருது உண்டாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கற்றாழையை உலர்த்தி பொடி செய்து தினமும் உண்டுவர இளமையுடனும் பலத்துடனும் பல ஆண்டுகள் வாழலாம்.

2. கற்றாழை வற்றலை தினமும் 2 வேளைகள் உண்டு வர அனைத்துவித நோய்களும் கட்டுப்படும்.

3. கற்றாழை இள மடலுடன், சீரகம், கற்கண்டு சேர்த்து அரைத்துக் கொடுக்க இரத்தமும், சீதமும் கலந்த கழிச்சல் குணமாகும்.

4. கற்றாழையின் சோற்றை எடுத்து 7 முறை நீர்விட்டுக் கழுவி சீனாகற்கண்டு சேர்த்து சிறுதுணியில் கட்டித் தொங்க விட அதிலிருந்து நீர் வடியும். இதைக் கண்களில் விட கண் சிவப்பு, கண் எரிச்சல் மற்றும் கண் நோய்கள் தீரும்.

5. கற்றாழைச் சாற்றுடன் வால்மிளகுத்தூள், வெண்ணெய், கற்கண்டு சேர்த்துக் கொடுக்க உடல் வெப்பம், நீர்ச்சுருக்கு, உடல் எரிச்சல் நீங்கும்.

6. கற்றாழைச் சோற்றை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சி தலைக்கு தேய்த்து வர நன்கு முடி வளரும். உறக்கத்தை உண்டு பண்ணும்.



47. கானா வாழை



வேறு பெயர்கள்: *கன்றுக் குட்டிப் புல், கோழிக் கானான் கீரை.* **தாவர வியல் பெயர்:** Commelina Benghalensis. **குடும்பப் பெயர்:** Commelinaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Blue Spider Wort. **சமஸ் கிருதம்:** Kanchata. **ஹிந்தி:** Kanchara.

வளரியல்பு: *கொடியாக படரும் செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இதன் சிறிய இலை சுமார் இரண்டு அங்குல நீளமும் ஒரு அங்குல அகலமும் உடையதாகி இலைக்குள் இலைகள் வாழைக் குருத்து போல சுருண்டு பின் விரிகிறது. இதில் நீல நிறமான பூக்கள் குறிப்பிட்ட காலத்தில் பூக்கும். கொடிக் காம்பு மிருதுவாக வாழைத்தண்டு போல ஒடியும் தன்மை உடையது. தண்டில் இருந்து வாழையைப் போலவே பிரிந்து இலை விடுகிறது. ஆனால் அருகம்புல் போல் கணுக்களில் வேர் விட்டு கொடி ஓடும்.*

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம்.* **சுவை :** *துவர்ப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதில் Comellin என்ற வேதிப்பொருள் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, காமம் பெருக்கி, தாது வெப்பமகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடற்சூடு, காய்ச்சல், நாவறட்சி, வயிற்றுப் போக்கு, படுக்கைப்புண், மார்பகப்புண், பெரும்பாடு, ரத்தபேதி, ஆண்மைக்குறைவு முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கானாவாழை சமூலத்தை (முழு செடி) அருகம்புல், அசோகப் பட்டையுடன் சமஅளவு அரைத்து தினமும் 3 வேளைகள் 5 கிராம் வீதம் உட்கொள்ள பெரும்பாடு நீங்கும்.

2. கானாவாழை இலையை நீர் விட்டரைத்துக் கட்ட முகப்பரு, மார்பகப் புண்கள், படுக்கைப் புண் போன்றவை தீரும்.

3. கானாவாழை சமூலத்தை எடுத்து நீரில் கழுவி பின் ஒரு பிடி எடுத்து சிதைத்து 2 லிட்டர் தண்ணீர்விட்டுக் காய்ச்சி $^1/_2$ லிட்டராக குறுக்கி 60 மி.லி இருவேளை குடிக்க சுரம் போகும்.

4. கானாவாழை இலையுடன் சமபங்கு கீழாநெல்லியை மையாக அரைத்து 5 கிராம் வீதம் எருமைத் தயிருடன் கலந்து 3 வேளைகள் கொடுக்க பெண்களின் அதிக வெள்ளைப் போக்கு நீங்கும்.

5. கானாவாழை சமூலத்துடன் அருகம்புல் சமஅளவு நன்கு அரைத்து 3 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் பாலில் கலந்து கொடுக்க இரத்த பேதி தீரும்.

6. கானாவாழை சமூலத்துடன், முருங்கைப் பூ,

தூதுவேளைப் பூ தேவையான அளவு கலந்து 300 மி.லி. நீரில் போட்டு, 150 மி.லி யாகக் காய்ச்சி பாலும் கற்கண்டும் சேர்த்து 40 நாட்கள் கொடுத்துவர ஆண்மைக் குறைவு நீங்கும்.



48. கீழாநெல்லி



வேறு பெயர்கள்: *கீழ்வாய் நெல்லி, கீழக்காய் நெல்லி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Phyllanthus Amarus (Old Name: Phyllanthus Niruri). **குடும்பப் பெயர்:** Euphorbiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Phyllanthus. **தெலுங்கு:** Nela Usirika. **சமஸ்கிருதம்:** Bhumyamalaki. **மலையாளம்:** Kizhanelli. **ஹிந்தி:** Bhuin-Anvalah. **கன்னடம்:** Kiranelligeda.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இத்தாவரத்தின் சிறுகிளைகளில் தனி இலைகள் உள்ளன. அவை சிறகு வடிவ கூட்டிலைகள் போல் காட்சியளிக்கச் செய்கின்றன. இலைகளைத் தாங்கிப் பிடிக்கும் முக்கிய நடுநரம்பின் கீழ்பாகம் முழுவதும் கீழ் நோக்கிய பசுமையான சிறு பூக்களும், காய்களும் தொகுப்பாகக் காணப்படும். இதனாலேயே கீழா நெல்லி என்ற பெயர் பெற்றது.*

பயன்படும் பகுதி : *செடியின் அனைத்துப் பாகங்களும். (சமூலம்)* **சுவை :** *துவர்ப்பு, கைப்பு, புளிப்பு, இனிப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலையில்* Phyllanthin *எனும் வேதிப்பொருள் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *ஈரல் தேற்றி, வீக்கம் நீக்கி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *மஞ்சட்காமாலை, உட்சூடு, வீக்கம், கட்டி, இரத்தப் போக்கு, சீதபேதி, பித்த மயக்கம், கண், கை, கால் எரிச்சல் முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கீழாநெல்லி இலை, வேர் போன்றவற்றை அரைத்து மோரில் கலந்து கொடுக்க மேக நோய்கள், மஞ்சட் காமாலை குணமாகும்.

2. கீழாநெல்லி இலைச்சாறு, பொன்னாங்கண்ணிச் சாறு, சம அளவு கலந்து நல்லெண்ணெயில் கலந்து காய்ச்சி தலையில் தேய்த்து குளித்து வர பார்வைக் கோளாறு மற்றும் கண் நோய்கள் குணமாகும்.

3. கீழாநெல்லி இலையுடன் சமஅளவு கரிசலாங்கண்ணி இலையை சேர்த்து அரைத்து 15 கிராம் வீதம் பசும்பாலுடன் 45 தினங்கள் கொடுத்துவர இரத்தமின்மை, இரத்த ஓட்டம் தடைப்படல், கல்லீரல் நோய்கள் நீங்கும்.

4. கீழாநெல்லி வேரை சுத்தம் செய்து கழுநீரில் அரைத்து கொடுத்து வர பெண்களின் பெரும்பாடு குணமாகும்.

5. கீழாநெல்லி இலையுடன் உப்பு சேர்த்து அரைத்துப் பூச, சொறி, சிரங்கு, புண் ஆகியவை ஆறும்.

6. கீழாநெல்லி வேர், அத்திப்பட்டை, அசோகப்பட்டை ஆகியவற்றில் தூள் செய்து சமஅளவு கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் வெந்நீருடன் கொடுத்து வர உதிரச் சிக்கல், பெரும்பாடு, தாமதித்த மாதவிடாய், வெள்ளை பொன்றவை தீரும்.

7. கீழாநெல்லி இலையுடன் ஓரிதழ் தாமரையை சமஅளவு அரைத்து நெல்லிக்காய் அளவு 48 நாட்கள் உண்டுவர வாலிபத்தில் தோன்றும் வயோதிகம் நீங்கும்.

8. கீழாநெல்லி சமூலம் 30 கிராமுடன் 4 மிளகை சிதைத்து 2 செம்பு நீரில் போட்டு காய்ச்சி 1 செம்பாக சுருக்கி தினமும் 3 வேளைகள் கொடுத்துவர உடல் எரிச்சல், காய்ச்சல், உட்சூடு தீரும்.

9. கீழாநெல்லி இலையுடன், பொன்னாங்கண்ணி இலை, மூக்கிரட்டை இலை சம அளவு சேர்த்து அரைத்து கழற்சிக் காய் அளவு மோரில் கலந்து 48 நாட்கள் குடித்து வர வெள்ளெழுத்து, மாலைக்கண், பார்வை மங்கல் மற்றும் கண் நோய்கள் குணமாகும்.

10. கீழாநெல்லி இலைச்சாறு, குப்பைமேனிச் சாறு, உத்தாமணிச் சாறு சம அளவு நல்லெண்ணெயில் காய்ச்சி ஓரிரு துளிகள் மூக்கிலிட நீர்க்கோவை, தீராத தலைவலி, பீனிசம் போன்ற நோய்கள் தீரும்.





49. குங்கிலியம்

வேறு பெயர்கள்: *குக்கிலியம், சருவரசம், குக்கில், குங்கிலிகம், குக்குலு, கிங்கிலயம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Shorea Robusta. **குடும்பப் பெயர்:** Dipterocarpaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Dammer Tree. **தெலுங்கு:** Guggilamu. **சமஸ்கிருதம்:** Guggilam. **மலையாளம்:** Kungiliyam. **ஹிந்தி:** Dhuna. **கன்னடம்:** Guggala.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இம்மரத்தின் தண்டுகளில் ரெசின் குழாய்கள் உண்டு. தனி இலைகள், தோல் போன்று தடித்தவை, பசுமை மாறாதவை. இதன் மரப்பட்டையை ஃபுளோயம் வரை காயப்படுத்திச் சேகரிக்கும் ரெசின் தான் குங்கிலியம். இது மஞ்சள் நிறத்தில் பளிங்குத் துண்டுகள் போல் இருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி : *பிசின்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *குங்கிலியத்தில்* Tannin *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, வெப்பமுண்டாக்கி, சிறு நீர்ப்பெருக்கி.*

சுவை : *கைப்பு.* **தன்மை** : *வெப்பம்.* *பிரிவு : கார்ப்பு.*

மருத்துவ குணங்கள்: *பெரும்பாடு, வெள்ளை, சீழ்ப்புண், எலும்பைப் பற்றிய புண், கிளைக்கிற புண், வயிற்றுப்புண், வாய்ப்புண், உள் மூலம், உடற்சூடு, எரிச்சல், தோல் நோய்கள் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. 1 கிராம் குங்கிலியப் பொடியுடன் சர்க்கரை சேர்த்துக் கொடுக்க குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் சீதக்கழிச்சல் குணமாகும்.

2. 1 கிராம் குங்கிலியப் பொடியை 120 மி.லி பாலில் கலந்து தினமும் காலையில் பருகிவர உடல் வலுவடையும்.

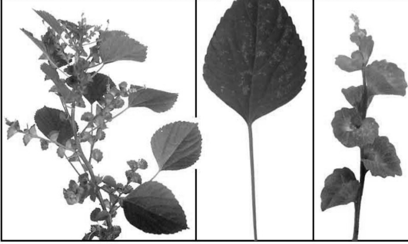
3. குங்கிலியத்தூள் 10 கிராம், மாம்பருப்புத்தூள் 20 கிராம், இலவம் பிசின் தூள் 8 கிராம், சாதிக்காய்த்தூள் 20 கிராம் இவைகளைக் கலந்து வேளைக்கு 130 மி.கி முதல் 180 மி.கி வரை கொடுத்து வர பேதி குணமாகும்.

4. குங்கிலியப் பொடியை நெருப்பில் போட்டு புகைக்க நோயாளியிருக்கும் இடத்திலும், சாக்கடை போன்ற இடங்களிலும் உண்டாகும் நாற்றம் நீங்கும், விஷ வாயுக்களும் போகும்.

5. குங்கிலியப் பிசினை நெய் விட்டுப் பொரித்து, தண்ணீரிலிட்டு நன்றாக அடித்து பிசைந்து, ஆடையில் வடிகட்டி நீரை வடித்து ஆடையின் மேல் தங்கி நிற்பதை எடுத்துத் தக்க அளவில் கொடுக்க வெள்ளை நோய் தீரும். உடலும் பலப்படும்.



50. குப்பைமேனி



வேறு பெயர்கள்: *மேனி, பூனை வணங்கி, அரிமஞ்சரி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Acalypha Indica. **குடும்பப் பெயர்:** Euphorbiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Acalypha. **தெலுங்கு:** Kuppi-chettu. **சமஸ்கிருதம்:** Arthamunjariye. **மலையாளம்:** Kuppa-mani. **ஹிந்தி:** Kuppi. **கன்னடம்:** Kuppigida.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்:** *1 அடி உயரம் வளரும் சிறு செடி. நுனி இலைகள், வட்ட இலையடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும் 'கேட்கின்' மஞ்சரியில் பச்சை நிற பூக்கள் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, வேர், சமூலம்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இத்தாவரத்தில்* Acalyphine, Acalypus *ஆகிய ஆல்கலாய்டுகள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *புழுக்கொல்லி, கோழையகற்றி, துயரடக்கி, ருது உண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது உடல் வேதனையைப் போக்கும். வாந்தியை உண்டாக்கிக் கோழையை அகற்றும். சிறுநீரைப் பெருக்கும். புழுக்களைக் கொன்றும், மலத்தை இளக்கியும் செயல்படும். பெண்களுக்கு ருதுவும் சூதகமும்*

உண்டாக்கும். மூலம், வயிற்று வலி, தலை வலி, மற்றும் புண்களை குணப்படுத்தும்.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. குப்பைமேனி இலைக் கஷாயம் ஓரிரு துளிகள் காதிலிட காதுவலி தீரும்.

2. குப்பைமேனி இலையுடன் விளக்கெண்ணெய் விட்டு வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் கட்டிவர படுக்கைப் புண், கிரந்திப் புண், விஷக்கடி போன்றவைகள் குணமாகும்.

3. குப்பைமேனி இலையை உணவுபோல் உண்டுவர வாதத்தினால் ஏற்படும் நோய்கள் தீரும்.

4. குப்பைமேனி இலைச் சாறு சில துளிகள் மூக்கிலிட தலைவலி குணமாகும்.

5. குப்பைமேனி இலையுடன் சிறிது உப்பு, மஞ்சள் சேர்த்து அரைத்துப் பூசி சிறிது நேரம் கழித்துக் குளிக்க தோல் நோய்கள் நீங்கும்.

6. குப்பைமேனி இலையின் ரசம் அல்லது குடிநீர் 2 முதல் 4 தேக்கரண்டி வரை சிறுவர்களுக்குக் கொடுக்க பேதியாகும். கோழையை அகற்றி வயிற்றுப் புழுக்களைக் கொல்லும்.

7. குப்பைமேனி இலைப்பொடி 1000 முதல் 1300 மி.கி. வரை உட்கொள்ள இருமல் மற்றும் நுரையீரல் நோய்கள் குணமாகும்.

8. குப்பைமேனி இலையை சுண்ணாம்புடன் கலந்து கீல் வீக்கங்களுக்கும் கட்டிகளுக்கும் பூசி வர, குணமாகும். காதைச் சுற்றி பூச காது வலி நீங்கும்.



51. குறுந்தொட்டி



வேறு பெயர்கள்: *சிற்றாமுட்டி, சிறுந்தொட்டி, சிறு குறுந்தொட்டி, சித்தாமுட்டி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Pavonia Zeylanica. **குடும்பப் பெயர்:** Malvaceae.

தெலுங்கு: Chittamutti. **சமஸ்கிருதம்:** Bala. **மலையாளம்:** Kurrunthotti.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இத்தாவரத்தின் கிளைகளில் ஒட்டும் இயல்புடைய உரோமங்கள் உள்ளன. பல்லுள்ள 3 சிறுமடலாலான இலைகள், முட்டை வடிவமானவை. இளஞ்சிவப்பு நிற மலர்கள் பூக்கும். உருண்டை வடிவ காய்கள், மென் உரோமங்கள் உடைய விதைகள் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம்.* **சுவை :** *துவர்ப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேரில் Ephedrine எனும் ஆல்கலாய்டின் செய்கை மற்றும் பண்புடைய ஆல்கலாய்டு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *வறட்சியகற்றி, துவர்ப்பி, சிறுநீர்ப்பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *முகவாதம், எலும்பைப் பற்றிய*

ஜுரம், பாரிச வாயு, பித்த நோய்கள், கண் நோய்கள், வயிற்றுவலி நோய்கள் தீரும்.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. குறுந்தொட்டி வேரை குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க எலும்பைப் பற்றிய ஜுரம், பித்த நோய்கள், வயிற்றுவலி, ஜுர தாகம் குணமாகும்.

2. குறுந்தொட்டி வேர்ப்பொடி 360 கிராம் எடுத்து 2.8 லிட்டர் நீரில் போட்டு 700 மி.லி யாக சுருக்கி அதில் சுக்கு, மிளகு, ஏலம், வெட்டிவேர் வகைக்கு 18 கிராம் வீதம் அரைத்துப் பொட்டு நல்லெண்ணெய் 1 லிட்டர் விட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டி, வாரம் 2 முறை தேய்த்து குளித்துவர வாத நோய்கள், கண் நோய்கள் நீங்கும்.

3. குறுந்தொட்டி, பெராமுட்டி, கடுக்காய், முக்காவேளை, நெல்லிக்காய், சுக்கு ஆகியவற்றை சமஅளவு எடுத்து 1.5 லிட்டர் நீரில் போட்டு எட்டில் ஒரு பங்காகக் குறுக்கி வடிகட்டி கொடுத்துவர வாயு, வயிற்றுவலி, கிராணி முதலியன தீரும்.



52. கேழ்வரகு

வேறு பெயர்கள்: *கேப்பை, இராகி, பஞ்சந்தாங்கி, கேவுரு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Eleusine Corarana. **குடும்பப் பெயர்:** Poaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Ragi. **தெலுங்கு:** Ragulu. **சமஸ் கிருதம்:** Rajika. **மலையாளம்:** Panjappullu. **ஹிந்தி:** Makra. **கன்னடம்:** Ragi.



விதை



வளரியல்பு: *சிறு செடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *தனி இலைகள் எதிர் இருவரிசை மாற்றடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். இலைகள் ஊசி போன்று நீள் வடிவத்தி லுள்ளன. கேரியாப்சிஸ் எனும் உலர் வெடியாக் கனி காணப் படும். இதன் விதையுறை கனி யுறையுடன் இணைந்துள்ளது.*

பயன்படும் பகுதி : *விதை.* **சுவை** : *இனிப்பு.* **தன்மை** : *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *கேழ்வரகில்* Albuminoids, Phosphoric Acid, Starch, Oil, Fibre *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, உடலுரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது வாதம் அல்லது பித்தவாதத்தை உண்டுபண்ணும். நீரிழிவு, நீர்ப்போக்கு, கழிச்சலைக் கட்டுப்படுத்தும். உடலுக்கு பலமளிக்கும். கட்டிகளை விரைவில் பழுக்கச் செய்யும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கேப்பைக் களியை தினமும் உண்டுவர நரம்புத் தளர்ச்சி நீங்கி உடல் பலம் பெறும். வாதத்தை அதிகரிக்கும்.

2. கேப்பை மாவை, கஞ்சி, களி, அடை, தோசை எனச் செய்து உண்டு வர நீரிழிவு நோய் குணமாகும்.

3. கேப்பை மாவை நீரில் கரைத்து கட்டிகளின் மேல் கட்டினால் கட்டிகள் பழுத்து குணமாகும்.

4. கேப்பை மாவுடன், பால், சர்க்கரை சேர்த்து கஞ்சியாக்கி நோயுற்றவர்களுக்கும், குழந்தைகளுக்கும் கொடுத்து வர உடல் நலம் தேறும். மற்றும் பேதியாதல் (கழிச்சல்) கட்டுப்படும்.

5. கேப்பை மாவை நீரில் கரைத்து பானம் போல் அருந்தி வந்தால் நீர்ப்போக்கு (அதிமூத்திரம்) மட்டுப்படும்.



53. கொடிவேலி



வேர்



வேறு பெயர்கள்: *சித்தர் மூலம், சித்திர மூலி, கொடு வேலி, வன்னி, அக்னி, வசகம், கொடிவன்னி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Plumbago Zeylanica. **குடும்பப் பெயர்:** Plumbaginaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Ceylon Lead-wort. **தெலுங்கு:** Agnimata. **சமஸ்கிருதம்:** Agni-shika. **மலையாளம்:** Tumba koduveli. **ஹிந்தி:** Chitra. **கன்னடம்:** Chitra-mula.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள் விளிம்பில் பற்கள் போன்ற முனைகளுடன் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இதன்*

இளம்குருத்து இலைகள் வாழைஇலை போல் சுருட்டிக் கொண்டு பின் முற்றியதும் விரிய ஆரம்பிக்கும். இதன் பூக்களின் நிற அடிப்படையில் மூன்றுவகை உண்டு. அவை வெள்ளை, சிவப்பு, நீலநிறம் உடைய பூக்களைக் கொண்ட செடிகள். இதில் வெள்ளைநிற பூக்களை உடைய செடி எளிதில் கிடைக்கும். இதன் பூக்கள் இலைக்கோணங்களில் சிறு கொத்துகளாகக் காணப்படும். காய் நீள்வட்ட வடிவில் மேலே சுனைகளுடன் காணப்படும்.

பயன்படும் பகுதி : *வேர்.* **சுவை :** *கார்ப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேரில்* Plumbagin *என்ற வேதிப் பொருள் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *உரமாக்கி, பசித்தீத்தூண்டி, வெப்பமுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வியர்வையைப் பெருக்கும். அஜீரணத்தைப் போக்கி பசியைத் தூண்டும். கட்டி, வலி, வீக்கம் போன்றவற்றை குணப்படுத்தும். மாத விலக்கைத் தூண்டும். உமிழ் நீரை சுரக்க வைக்கும். உடலுக்கு வெப்பந்தரும். மூலம், குறிப்புண், மேகப் புண், நச்சுச் சுரம் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கொடிவேலி வேரைக் குடிநீர் செய்து குடித்து வர அஜீரணம், நச்சுச்சுரம், குறிப்புண், மூலம், மேகப்புண், வீக்கம், புண், கட்டி போன்றவை குணமாகும்.

2. கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, புங்கம் வேர்ப்பட்டை, ஆயில் மரப்பட்டை வகைக்கு 20 கிராமும், கருஞ்சீரகம்,

கடுக்காய், திப்பிலி, கடுகு வகைக்கு 10 கிராமும் சேர்த்து இடித்து, நன்கு சலித்து தினமும் 2 வேளைகள் 3 கிராம் முதல் 5 கிராம் வீதம் வெந்நீரில் கலந்து 40 நாட்கள் சாப்பிட பக்கவாதம், மூலம் அனைத்து வாத நோய்கள் குணமாகும்.

3. கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, இந்துப்பு, அதிவிடயம், அதிமதுரம், கடுக்காய், நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய், கருவேலம்பட்டை, கோஷ்டம் இவைகளைப் பொடி செய்து வகைக்கு 10 கிராம் வீதம் கலந்து 2 கிராம் வீதம் தினமும் காலை, மாலை கொடுத்து வர அஜீரணம், மஞ்சட்காமாலை, பேதி போன்றவை தீரும்.

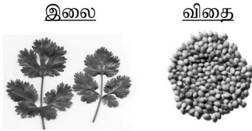
4. கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, சங்கன் வேர்ப்பட்டை, எருக்கன் வேர்ப்பட்டை, குங்குமப்பூ இவற்றை சம அளவு எடுத்து பொடி செய்து தினமும் 2 கிராம் வீதம் 3 நாட்களுக்கு காலை, மாலை சாப்பிட்டு 4 ம் நாள் தலைக்கு குளித்து உப்பில்லாமல் தயிர்ச்சாதம் சாப்பிட வலிப்பு நோய் குணமாகும்.

5. கொடிவேலி வேரைப் பச்சையாக எடுத்து பஞ்சு போல நசுக்கி, 25 கிராம் எடுத்து 500 மி.லி. நல்லெண்ணெயில் இட்டு காய்ச்சவும். ஒரு கொதி வந்ததும் இறக்கி வடித்துக் கொள்ளவும். இத்தைலத்தை 3 நாட்கள் தலையில் தேய்த்து குளித்து வர தும்மல், தீராத தலைவலி, பீனிசம், வாத நோய்கள் நீங்கும்.



54. கொத்தமல்லி





வேறு பெயர்கள்: *கொத்துமல்லி, தனியா, உருள் அரிசி, கொத்தமுரி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Coriandrum Sativam. **குடும்பப் பெயர்:** Apiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Coriander Seeds. **தெலுங்கு:** Kotimiri. **சமஸ்கிருதம்:** Dhanyaka. **மலையாளம்:** Kottamalli. **ஹிந்தி:** Dhanya. **கன்னடம்:** Kottamari-Bija.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள் மாற்றிலை அடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். தண்டின் கிளைகளின் நுனியில் கூட்டு அம்பல் மஞ்சரியில் வெண்ணிற பூக்கள் பூக்கும். கிரிமோகார்ப் என்ற வெடிகனி கோள வடிவத்துடன், வரிகளுடன் காணப்படும். இதன் தண்டு, இலைகளில் எண்ணெய்ச் சுரப்பிகள் உள்ளதால் நறுமணம் உடையவையாக இருக்கின்றன.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, விதை.* **சுவை :** *கார்ப்பு.* **தன்மை:** *சீத வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலையில் வைட்டமின் C உள்ளது. உலர்கனியில் நறுமண எண்ணெய், டானின் உள்ளன. நறுமண எண்ணெயில் Coriandrol என்னும் டெர்பினாய்டு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *பசித்தீத் தூண்டி, சிறு நீர்ப்பெருக்கி, அகட்டுவாய்வகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கொத்தமல்லி இலையினால் சுவையின்மை, பித்தத்தினால் தோன்றும் காய்ச்சல், பலமின்மை, ஆண்மைக் குறைவு, அஜீரணம், வலிப்பு நோய்களும், கொத்தமல்லி விதையினால் இரத்தப் போக்கு, அஜீரணக் கழிச்சல், இருதய பலவீனம், தலைசுற்றல், வாய் நாற்றம், வயிற்று வலி, தலை வலி, விக்கல், தலைவறட்சி, இரத்தமூலம் போன்ற நோய்களும் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கொத்தமல்லி இலையை நீர்விட்டரைத்து இரசமாக்கி பின் பிழிந்து தடவ பித்தத்தினால் ஏற்படும் தழும்பு, இரத்தப் போக்கு தீரும்.

2. கொத்தமல்லி விதையை வாயிலிட்டு மென்றுவர வாய் நாற்றம் நீங்கும்.

3. கொத்தமல்லி விதையை சிறிது காடி நீரில் அரைத்துக் கொடுக்க சாராய வெறி அடங்கும்.

4. கொத்தமல்லி இலையை நல்லெண்ணையில் வதக்கிக் கட்டி வர வீக்கங்கள், கட்டிகள் கரையும் அல்லது பழுத்து உடையும்.

5. கொத்தமல்லி விதை 50 கிராம், சந்தனம், நெல்லி வற்றல் வகைக்கு 25 கிராம் பொடி செய்து அத்துடன் 100 கிராம் சர்க்கரை கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் 3 கிராம் வீதம் கொடுத்து வர ஆண்மைக்குறைவு, நெஞ்செரிச்சல், அஜீரணம், தலைசுற்றல், பலமின்மை, இருதய பலவீனம், விக்கல் முதலியன தீரும்.

6. கொத்தமல்லி விதையை ஊறல் குடிநீர் செய்து குடித்துவர உட்சூடு, விக்கல், நாவறட்சி, குழந்தை மாந்தம், பெரு ஏப்பம் குணமாகும்.

7. கொத்தமல்லி விதை 100 கிராமுடன் கருஞ்சீரகம், அதிமதுரம், சதகுப்பை, சீரகம், சன்ன லவங்கப்பட்டை, கிராம்பு வகைக்கு 15 கிராம் வீதம் சேர்த்து வறுத்து பொடியாக்கி, சலித்து அத்துடன் 200 கிராம் கற்கண்டுப் பொடி கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் 3 கிராம் வீதம் கொடுத்து வர ஆண்மைக்குறைவு, கல்லடைப்பு, கண்நீர் வடிதல், உட்காய்ச்சல், பெரு ஏப்பம், தாகவறட்சி, இடுப்புவலி, விக்கல், வலிப்பு, வாய்குழறல், வாந்தி, சிந்தனைத் தெளிவின்மை, நெஞ்சு வலி முதலியன நீங்கும்.



55. கொள்ளு



விதை



வேறு பெயர்கள்: *காணம், முதிரை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Macrotyloma Uniflorum (Old Name: Dolichos Biflorus). **குடும்பப் பெயர்:** Fabaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Horsegram. **தெலுங்கு:** Ula-Valu. **சமஸ்கிருதம்:** Kulatha. **மலையாளம்:** Muthiar. **ஹிந்தி:** Kulihee. **கன்னடம்:** Huruli.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இதன் வேர்களில் வேர்முடிச்சுகள் காணப்படும். இதனுள் ரைஸோபியம் என்ற பாக்டீரியாக்கள் உள்ளன. இவை மற்ற தாவரங்கள் வளர உதவும். சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள், ரெசிம் மஞ்சரியில் மலர்கள் காணப்படும். லெகூம் என்ற இருபுற வெடிக்கனி உடையது.*

பயன்படும் பகுதி : *விதை, சமூலம். சுவை: துவர்ப்பு, சிறு கைப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *கொள்ளுவில்* Albuminoids, Starch, Oil, Phosphoric Acid *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, சிறுநீர்ப்பெருக்கி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இருமல், கல்லடைப்பு, நீர்க்கட்டு, வாதம், பித்தம் நோய்கள், பைத்தியம் போன்றவை குணமாகும். யானைக்கால் நோய், அஜீரணம் மற்றும் கபநோய்களைப் போக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. 10 கிராம் கொள்ளுடன் 100 மி.லி. நீர் சேர்த்துக் காய்ச்சி 50 மி.கி. இந்துப்புவைக் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர இருமல், உள்ளுறுப்புகளில் சேருகின்ற கற்கள், சளி இவைகள் நீங்கும்.

2. 20 கிராம் கொள்ளு, 2 முந்திரிப் பருப்பு இவற்றை 300 மி.லி. நீரில் இட்டுக் காய்ச்சி தினமும் 2 வேளைகள் உட்கொள்ள இரத்த பேதி குணமாகும்.

3. வேக வைத்த கொள்ளு கப நோய்களைப் போக்கும்.

4. 1 பங்கு கொள்ளுவிற்கு 10 பங்கு நீர்விட்டு தயாரித்த குடிநீர் பிரசவத்திற்குப் பின் உட்கொள்ள கர்ப்பப்பையில் உள்ள அழுக்கை நீக்கும்.

5. கருங்கொள்ளு, புற்றுமண், காந்தக்கல், காவிக்கல் இவற்றை சமஅளவு எடுத்து முட்டையின் வெண் கருவால் அரைத்துப் பூச யானைக்கால் வியாதி குணமாகும். இக்கலவையை வீக்கம், கட்டி முதலியவற்றில் ஒத்தடமோ, பற்றோ இட நிவாரணம் கிடைக்கும்.

6. கொள்ளு குடிநீருடன் சுக்கு, பெருங்காயம் சேர்த்துக் கொடுக்க வயிற்றுவலி குணமாகும்.

7. கொள்ளை கற்பூரத்துடன் தூள் செய்து உடலில் தேய்த்து வர வியர்வை நீங்கும்.



56. கொடுப்பை



வேறு பெயர்கள்: *பொன்னாங்கண்ணி, சீதை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Alternanthera Sessilis. **குடும்பப் பெயர்:** Amaranthaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Sessile Plant. **தெலுங்கு:** Ponnagantikura. **சமஸ்கிருதம்:** Meenakshi. **மலையாளம்:** Mankani. **கன்னடம்:** Vanagone-soppu.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இதில் பச்சைநிற தனியிலைகள் எதிரிலையடுக்கத்தில் காணப்படுகின்றன. காம்பற்ற சிறு மலர்களை தொகுப்பாக இலைக்கோணத்தில் பெற்றுள்ளன.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை.* **சுவை :** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதில் இரும்புச்சத்து, தங்கச் சத்து, புரதச்சத்து ஆகியவை அடங்கியுள்ளன.*

செய்கைகள்: *உடல் தேற்றி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இக்கீரையினால் கண்புகைச்சல், கருவிழிநோய், வாயு, அனல், ஈரல்நோய் ஆகியவை போகும். உடல் பொன்னிறமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. இக்கீரையை உப்பில்லாமல் வேகவைத்து வெண்ணெய் இட்டு நாற்பது நாளுண்ண கண்ணில் உண்டாகும் நோய் தீரும்.

2. இக்கீரையை அரைத்து அடையாகச் செய்து ஒரு நீர் நிறைந்த பானைமீது அப்பி, மறுநாள் காலையில் இதை எடுத்துக் கண்களின் மீது வைத்துக் கட்ட கண் நோய்கள் தீரும்.

3. இக்கீரையை நெய்விட்டு வதக்கி கண்களுக்கு கட்ட, கண்நோய்கள் தீரும்.

4. கீரைசாறு 2.8 லிட்டர், கரிசாலைச் சாறு 1.4 லிட்டர், நெல்லிச் சாறு 1.4 லிட்டர், நல்லெண்ணெய் 2.8 லிட்டர், பசுவின் பால் 2.8 லிட்டர் இவற்றைக் கலந்து இதனுடன் 50

கிராம் அதிமதுரம் எடுத்து பால்விட்டரைத்து கலந்து காய்ச்சி மெழுகுபதத்தில் வடிகட்டித் தலை மூழ்கிவர 96 வகைக் கண்நோய்களும், அழல் நோய்களும் தீரும்.

5. இக்கீரையை தினமும் துவட்டிச் சாப்பிட உடல் ஒளி பெறும். (பொன் + ஆம் + காண் + தீ)

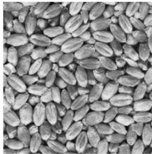
குறிப்பு: செழிப்பாய் வளர்ந்த பொன்னாங்கண்ணிக் கீரையை, செம்மையாக நெய்யில் வதக்கி, மிளகு, உப்பு, கூட்டிப் புளியை நீக்கி, கற்பமுறையின்படி ஒரு மண்டலம் உட்கொண்டால் உடலுக்கு அழகு, பொன்னிறம், நீண்ட ஆயுள், கண் குளிர்ச்சி இவற்றைத் தரும்.



57. கோதுமை



அரிசி



வேறு பெயர்கள்: *கோதும்பை, யவை, கோதூமம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Triticum Aestivum (Old Name: Triticum Vulgare). **குடும்பப் பெயர்:** Gramineae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Wheat. **தெலுங்கு:** Godumulu. **சமஸ்கிருதம்:** Godhuma. **மலையாளம்:** Kothumpu. **ஹிந்தி:** Gehun. **கன்னடம்:** Godhi.

வளரியல்பு: *புல்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தண்டு உருளை போன்றுள்ளது. பல சல்லிவேர்கள் தொகுதியாகத் தண்டினடியில் இருந்து தோன்றுகின்றன. தனி இலைகள் ஊசி போன்ற நீள் வடிவத்தில் எதிர் இருவரிசை மாற்றடுக் கத்தில் அமைந்துள்ளன. தண்டின் நுனியில் மலர்கள் கொத்தாகப் பூக்கும். கேரியாப்சிஸ் எனும் உலர் வெடியாக்கனி, விதையுறை கனியுறையுடன் இணைந்துள்ளது.*

பயன்படும் பகுதி : *அரிசி.* **சுவை :** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *கோதுமையில்* Protein, Starch, Fat, Fibre *போன்ற பொருட்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *உடலுரமாக்கி, உள்ளழலாற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடல் வெப்பத்தைத் தணித்து பலம் அளிக்கும். வெள்ளை, வாதத்தை போக்கும், விந்து, பித்தத்தைப் பெருக்கும். வாதத்தினால் ஏற்படும் காய்ச்சல், கப நோய்கள், மூக்கில் நீர்வடிதல் முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கோதுமை நொய்யினால் தயாரித்த கஞ்சியை தினமும் 2 வேளைகள் காய்ச்சல், பெரும்பாடு நோயுண்டவர்கள் பருகிவர விரைவில் நோய் குணமாகும்.

2. கோதுமையை உணவாகக் கொள்ள நீரிழிவு நோயாளிகள் விரைவில் நிவாரணம் பெறுவார்கள்.

3. கோதுமை மாவை பால் அல்லது வெந்நீரில் ஊறவைத்துப் பிசைந்து கட்டிகளுக்கும் புண்களுக்கும் கட்ட சீக்கிரம் குணமாகும்.

4. கோதுமையை வறுத்துத் தேனுடன் கலந்து கொடுக்க முதுகுவலி, இடுப்பு வலி, கீல் வலி தீரும்.

5. கோதுமை மாவை நீரில் கரைத்து பானமாக அருந்த செம்பு, வெள்ளி, இரசம், நாகம், அயோடின் போன்றவற்றால் ஏற்படும் நஞ்சு நீங்கும்.

6. கோதுமைப் பால் தினமும் 2 வேளைகள் அருந்தி வர கபநோய்கள் தீரும்.

7. அக்கி, நெருப்புபட்டதால் ஏற்படும் எரிச்சல், வெப்பத்தினால் ஏற்படும் உடல் சூடு போன்றவற்றிற்கு கோதுமை மாவைப் பூச எரிச்சல் தணியும்.

8. கோதுமை மாவைக் களி செய்து கட்டிகளில் மேல் வைத்துக் கட்ட குணமாகும்.

9. கோதுமை மாவைக் காடியில் கலந்து பூச வியர்வைக்குரு (வேர்க்குரு) நீங்கும்.

10. கோதுமை தவிட்டை வறுத்து மார்பில் ஒத்தடமிட கப நோய்கள் தீரும்.



58. கோவை

வேறு பெயர்கள்: *கொவ் வைக் கொடி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Coccinia Grandis (Old Name: Cephalandra Indica). **குடும்பப் பெயர்:** Cucurbitaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Scarlet Gourd. **தெலுங்கு:** Kakidonda. **சமஸ்கிருதம்:** Bimba. **மலையாளம்:** Kova. **ஹிந்தி:** Bhimba. **கன்னடம்:** Tondep-Balie.



வளரியல்பு: *ஏறுகொடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *பற்று சுருள்களுடைய ஏறுகொடி. ஐந்து கோணங்கள் உடைய மடலாலான தனி இலைகள் மாற்றிலை அடுக்கத்தில் காணப்படும். வெள்ளை நிற தனி மலர்கள். பெப்போ என்னும் சதைப் பற்றுடைய கனி இது. சிவப்பு நிறத்தில் வெள்ளை நிற வரிகளுடன் நீண்ட முட்டைவடிவத்தில் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, காய், வற்றல், கிழங்கு.*

கைப்பு வகை	**இனிப்பு வகை**
சுவை : *கைப்பு.*	*இனிப்பு*
தன்மை : *வெப்பம்.*	*தட்பம்.*
பிரிவு: *கார்ப்பு.*	*இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இத்தாவரத்தில்* Glucokenin *என்ற வேதிப்பொருள் உள்ளது. இதன் வேரில்* Resin *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *இசிவகற்றி, கோழையகற்றி, வியர்வைப் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சிறுநீர்க்கட்டு, கண் எரிச்சல், பெரும்புண், சொறி, சிரங்கு, உடற்சூடு, சர்க்கரைநோய், ஆஸ்துமா, மார்புச்சளி, வீக்கம் முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கோவை இலையை கொதிக்கின்ற நீரில் போட்டு சிறிது நேரம் கழித்து இலையை வடிகட்டி, நீரைமட்டும் 35 மி.லி. வீதம் கொடுத்து வந்தாலும் அல்லது இலையை உலர்த்திப் பொடி செய்து 2 கிராம் வீதம் கொடுத்து வந்தாலும் மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகும்.

2. கோவை இலைச்சாறுடன் நல்லெண்ணெய் சமஅளவு சேர்த்து பக்குவமாகக் காய்ச்சி வாரம் ஒருமுறை தலையில் தேய்த்து குளித்து வர கரப்பான், படை, சொறி, சிரங்கு போன்ற நோய்கள் நீங்கும்.

3. தினமும் 2 கோவைக்காயை பச்சையாக உண்டுவர சர்க்கரை நோய் மட்டுப்படும்.

4. கோவையிலைச் சாறை மென்று துப்ப, வாய்ப்புண், நாக்குப்புண் முதலியன தீரும்.

5. கோவைக்காயை வற்றலாக்கி தினமும் உண்டுவர சுவையின்மை, கரப்பான் மற்றும் தோல் நோய்கள் குணமாகும்.

6. கோவையிலைச்சாறு 25 மி.லி. வீதம் காலையில் மட்டும் வெறும் வயிற்றில் கொடுத்துவர, ஏற்கனவே உண்ட மருந்தின் வேகம் தணியும்.

7. கோவைக் கிழங்கின் சாறு 5-10 மி.லி வீதம் காலையில் மட்டும் கொடுத்துவர ஆஸ்துமா, கபநோய்கள், சர்க்கரை நோய், வீக்கம், கண்டமாலை, இரைப்பு, மார்புச்சளி நீங்கும்.



59. கோரைக் கிழங்கு



வேறு பெயர்கள்: *முத்தக்காசு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cyperus Rotundus. **குடும்பப் பெயர்:** Cyperaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Nutgrass. **தெலுங்கு:** Tungamuste. **சமஸ்கிருதம்:** Mutha. **மலையாளம்:** Muththanna. **ஹிந்தி:** Mutha. **கன்னடம்:** Tangahullu.

வளரியல்பு: *புல்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தாவரத்தின் வேர்க்கிழங்கு, கோரைக் கிழங்கு எனப்படும். தண்டுகள் மூன்று பட்டையானவை, உறுதியற்றவை, இலைகள் தட்டையானவை, கூரானவை, நீண்டவை, கிழங்குகள் முட்டை வடிவமானவை.*

பயன்படும் பகுதி : *வேர்க் கிழங்கு.* **சுவை:** *இனிப்பு, துவர்ப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *துவர்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *வேர்க் கிழங்கில்* Pinene, Cineole, Sesquiterpenes *ஆகிய டெர்பீன்கள் அடங்கிய நறுமண எண்ணெயும்,* Glycerol, Linolenic Acid, Oleic Acid *ஆகிய கொழுப்பு எண்ணெயும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, சிறுநீர்ப்பெருக்கி, ருது உண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கோரைக் கிழங்கினால் குளிர்சுரம், குருதியழல் நோய், சுரவகைகள், நீர்வேட்கை, முப்பிணி,*

கழிச்சல், பயித்திய தோஷம், பித்ததாகம், கபரோகம், குதிகாலை பற்றிய வாயு, வாந்தி ஆகிய இவைகள் போகும்.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. கோரைக்கிழங்கை காயவைத்து தூள் செய்து கொண்டு $^1/_2$ தேக்கரண்டி வீதம் தினமும் காலை, மாலை இரண்டு வேளைகள், 1 டம்ளர் பாலில் கலந்து குடிக்க மூட்டுவலி, தசைவலி குணமாகும்.

2. கிழங்கை, காய்ச்சாத பசும்பாலுடன் சேர்த்து அரைத்து உடலில் பூசிக் குளித்துவர வியர்வை நாற்றம் போகும்.

3. இஞ்சி, கோரைக்கிழங்கு இரண்டையும் சம அளவாக அரைத்து, பசையாக்கி, தேன் சிறிதளவு சேர்த்து சுண்டைக் காய் அளவு சாப்பிட குடல் புழுக்கள் வெளியேறும். சீதக்கழிச்சல் குணமாகும்.

4. 4 கிழங்குகளை நசுக்கி, 2 டம்ளர் நீரில் இட்டுக் கொதிக்க வைத்து குடிநீர் செய்து வேளைக்கு 2 தேக்கரண்டி அளவு 2 நாட்கள் உள்ளுக்குக் கொடுக்க குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் அஜீரணம் குணமாகும்.

5. கிழங்கு சூரணம் $^1/_2$ தேக்கரண்டி அளவு காலை, மாலை தேனில் உட்கொள்ள புத்திகூர்மை அதிகமாகும்.

6. பச்சையான கோரைக்கிழங்கை அரைத்து மார்பகத்தில் பூசிவர தாய்ப்பால் சுரப்பு அதிகமாகும்.

குறிப்பு: அபினி, கஞ்சா முதலிய நஞ்சுக்கு, கோரைக் கிழங்கு, இலைக்கள்ளி வேர், வசம்பு, சுக்கு இலைகளை வகைக்கு 8 கிராம் எடுத்து முறைப்படி குடிநீரிட்டுக் கொடுக்கப் போகும்.



60. சங்கங்குப்பி



வேறு பெயர்கள்: *இசங்கு, பீநாறி, கோல், பீநாறி சங்கு, குண்டலி, பீச்சங்கு, முத்தாபலம், பீச்சு விளாத்தி, பீனாசெங்கம் குப்பி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Clerodendron Inerme. **குடும்பப் பெயர்:** Verbenaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Smooth Volkameria. **தெலுங்கு:** Pisangi. **சமஸ்கிருதம்:** Kundali. **மலையாளம்:** Shangam-kuppi. **ஹிந்தி:** Sang-kuppi. **கன்னடம்:** Vishmadhar.

வளரியல்பு: *புதர்ச் செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள் வெள்ளைநிற பூக்கள் இலைக்கோணத்தில் கொத்தாகக் காணப்படும். கடினமான உள் உறையைக் கொண்ட 'ட்ரூப்' கனியுடையது.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, வேர், பால், பழம்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலையில் ஒரு கசப்புப் பொருளும், ரெசினும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *உடல் தேற்றி, வெப்பமகற்றி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சொறி, சிரங்கு, கபநோய்கள், பாம்புக்கடிகள், வெள்ளை, வெப்பத்தினால் உண்டாகும் நோய்கள், கருங்குஷ்டம், சிறுநீர்க்கட்டு போன்ற நோய்கள் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சங்கங்குப்பி இலையை நீரிலிட்டுக் காய்ச்சி, அந்நீரைக் கொண்டு குளித்து வர சொறி, சிரங்கு, வெறிநோய் நீங்கும்.

2. சங்கங்குப்பி இலை, வேர் வகைக்கு 75 கிராம், லவங்கம் 5 கிராம், சிவகரந்தை 20 கிராம் எடுத்து தூள் செய்து கலந்து 5-10கிராம் வீதம் தினமும் காலையில் தேனுடனும் மாலையில் பாலுடன் கொடுக்க ஆரம்ப நிலையிலுள்ள புற்று நோய் குணமாகும்.

3. சங்கங்குப்பி இலைச்சாறு 200 மி.லி முதல் 300 மி.லி வரை கொடுக்க பாம்பு விஷம் முறியும்.

4. சங்கங்குப்பி இலைச்சாறு 15 முதல் 20 மி.லி வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர நாட்பட்ட காய்ச்சல், விட்டு விட்டு வரும் காய்ச்சல், இரத்தக் கெடுதலால் தோன்றும் மேகநோய்கள், முன் கழுத்துக் கழலை போன்ற நோய்கள் தீரும்.

5. சங்கங்குப்பி இலைச்சாற்றுடன் சமஅளவு விளக்கெண்ணெய் கலந்து, காய்ச்சி எடுத்து, உப்பு, புளி நீக்கி 20 கிராம் வீதம் காலை மாலை கொடுத்து வர வெட்டை, சொறி, சிரங்கு, கரப்பான், வெள்ளை, குடற் புழுக்கள், அரையாப்பு, மேகநோய்கள், கழலை போன்றவை குணமாகும்.



61. சதகுப்பை



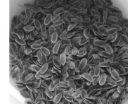
வேறு பெயர்கள்: *மதுரிகை, சோயிக்கீரை விதை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Anethum Graveolens (Old Name: Peucedanum Graveolens). **குடும்பப் பெயர்:** Apiaceae.



இலை



பூ



விதை

ஆங்கிலப் பெயர்: The Dill. **தெலுங்கு:** Soyikuravittulu. **சமஸ்கிருதம்:** Misi. **மலையாளம்:** Kshatakuppa. **ஹிந்தி:** Suva. **கன்னடம்:** Vishmadhar.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தண்டு குழல் போன்று இருக்கும். தண்டு இலைகளில் எண்ணெய் சுரப்பிகள் உள்ளன. சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள். பூக்கள் கொத்தாக தண்டின் கிளைகளின் நுனியில் காணப்படுகின்றன. 'கிரிமோகார்ப்' என்ற வெடிகனி மெலிந்து தட்டையாகக் காணப்படும். இந்தக் கனியில் 5 மேடுகள், 5 பள்ளங்கள் உள்ளன. அந்தப் பள்ளங்களில் நறுமண எண்ணெய் சுரப்பியான விட்டா உள்ளது.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ, விதை. சுவை: இனிப்பு, கார்ப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் உலர்ந்த கனியில் உள்ள நறுமண எண்ணெயில்* Anethine, Phellandrene, D-Limonene, Apiol *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *உரமாக்கி, உடல் தேற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத நோய்கள், இரத்தப் போக்கு, காதுவலி, தலைவலி, மூக்கு நீர் ஒழுகுதல், அஜீரணம் முதலியன குணமாகும். ஈரல், நுரையீரல், இரைப்பை, இவைகளிலுள்ள சிக்கல்களை நீக்கி பலத்தைக் கொடுக்கும். ஆனால் இது பித்த (சூட்டு) உடம்பிற்கு ஆகாது. இது விக்கல், வாந்தி, தலைச்சுற்றல் முதலியவற்றை உண்டாக்கும். இதை முறிப்பதற்கு எலுமிச்சை அல்லது புளிப்பு மாதுளம் பழச் சர்பத்தை கொடுக்கலாம்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சதகுப்பை இலையை ஆமணக்கு எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சி அல்லது தனிச்சாறாக எடுத்துக் கொடுக்க குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் மாந்த நோய் குணமாகும். மேலும் காக்கை வலிப்பு, சூதக ஜன்னி, சூதகக் கட்டு நீங்கும்.

2. சதகுப்பை இலையை எண்ணெய் தடவி வதக்கி கட்டிகளுக்கும் வீக்கங்களுக்கும் போட சீக்கிரம் பழுத்து குணமாகும்.

3. சதகுப்பை இலையை உலர்த்திப் பொடி செய்து சர்க்கரை கலந்து 2 கிராம் வீதம் கொடுக்க கபநோய்கள், காதுவலி, பசிமந்தம், மூக்கு நீர் ஒழுகுதல், தலை நோய்கள் முதலியன தீரும்.

4. குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் வலி, வயிற்றுப்புழு போன்றவற்றிற்கு சதகுப்பை இலைச் சாறு 10 முதல் 20 துளிகள் தேன் அல்லது கோரோசனையுடன் கலந்து 4 மணிக்கு ஒரு தடவை வீதம் கொடுத்து மேலுக்கும் பூசலாம்.

5. சதகுப்பை இலையைக் குடிநீர் செய்து பிரசவித்த பெண்களுக்குக் கொடுக்க இரத்த சிக்கல் நீங்கும்.

6. சதகுப்பை விதையைப் பொடி செய்து 12 முதல் 34 கிராம் வரை எடுத்து 340 கிராம் வெந்நீரில் ஊற வைத்துக் கொடுக்க குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் மாந்தம், பெரியவர்களுக்கு ஏற்படும் வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் பொருமல் முதலியன தீரும். இதை சுண்ணாம்புத் தெளிநீருடன் சேர்த்துக் கொடுக்க அதிக பலன் கொடுக்கும்.

7. சதகுப்பை விதையை அரைத்து, வெந்நீராவியில் வேகவைத்து இதன் வேருடன் அரைத்து பற்றிட கீல் வாயு குணமாகும்.

8. சதகுப்பை விதையுடன் கருஞ்சீரகம், மரமஞ்சள் இம்மூன்றும் வகைக்கு 35 கிராம், வெல்லம் 105 கிராம் சேர்த்தரைத்துக் கொட்டைப் பாக்களவு காலை, மாலை கொடுத்து சோம்பு நீர் கொடுக்க, இரத்தச் சிக்கலை நீக்கி கருப்பையை பலப்படுத்தும்.

9. சதகுப்பைப் பூ 1 பங்கு, நீர் 20 பங்கு குடிநீர் செய்து கொடுக்க மேற்கண்ட நோய்கள் விலகும்.





62. சந்தனம்

வேறு பெயர்கள்: Santalum Album. **குடும்பப் பெயர்:** Santalaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Sandal Wood. **தெலுங்கு:** Gandeapu-Chkka. **சமஸ்கிருதம்:** Shri-Gandha Chandanam. **மலையாளம்:** Chandana. **ஹிந்தி:** Chandan.

வளரியல்பு: *மரம் செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இலைகள் தடித்து 4 - 7 செ.மீ நீளத்தில் எதிரெதிராக ஆழ்ந்த பச்சை நிறத்தில் பளபளப்பாகக் காணப்படும். பழுப்பு நிற சிறிய பூக்கள் சிறிய கொத்துகளில் காணப்படும். பழங்கள் உருண்டை யானவை. இதில் சிவப்பு, மஞ்சள், வெண்மை என மூன்று வகைகள் இதன் கட்டையின் நிறத்தை ஒட்டி பிரிக்கப் பட்டுள்ளன.*

பயன்படும் பகுதி: மரம், எண்ணெய். சுவை: கைப்பு. **தன்மை :** *தட்பம், வெப்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் கட்டையில் நறுமண எண்ணெய் உள்ளது. அவ்வெண்ணெயில்* Santalol *என்ற டெர்ப்பீன் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *சிறுநீர்ப்பெருக்கி, வியர்வைப் பெருக்கி, அழுகல் மணமகற்றி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *மரக்கட்டையால் அறிவும், மனமகிழ்ச்சியும், உடலழகும், ஒளியும், மாதரிடத்திச்சையும் உண்டாகும். வெள்ளை நோய் நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. 1 தேக்கரண்டி சந்தனத்தூள், $^{1}/_{2}$ லிட்டர் நீரில் இட்டு காய்ச்சி, குடிநீர் செய்து குடிக்க சிறுநீர் கழிக்கும்போது ஏற்படும் எரிச்சல் குணமாகும்.

2. சந்தனத்தைப் பசும்பாலில் உரைத்து சுண்டைக்காயளவு காலை, மாலை வேளைகளில் 10 நாட்களுக்குச் சாப்பிட வெள்ளை, வெட்டை சூடு குணமாகும்.

3. கட்டையை, எலுமிச்சம்பழச் சாற்றில் உரைத்து பசையாகச் செய்து படர்தாமரை, வெண்குஷ்டம், முகப்பரு உள்ள இடங்களில் பூச குணமாகும்.

4. 2 தேக்கரண்டி சந்தனத் தூள் $^{1}/_{2}$ லிட்டர் நீரில் இட்டு காய்ச்சி குடிநீர் செய்து கொடுக்க இரத்த மூலம் குணமாகும்.

5. சந்தனத் தூள் $^{1}/_{2}$ தேக்கரண்டி, 1 $^{1}/_{2}$ டம்ளர் நீரில் போட்டு, பாதியாக சுண்டக்காய்ச்சி, வடிகட்டி 3 வேளைகளாக 50 மி.லி. கொடுக்க காய்ச்சல் குணமாகும்.

6. சந்தனத் தீநீரை 10 மி.லி எடுத்து 100 மி.லி தண்ணீரில் கலந்து குடிக்க உடல் சூடு தணியும். சிறுநீர் எரிச்சல் குணமாகும்.

7. சந்தனத் தைலம் 5 - 10 துளியை 100 மி.லி தண்ணீரில் கலந்து குடிக்க வெள்ளை, உட்சூடு தணியும்.

8. சந்தனத்தூள் 2 கிராமிற்கு 16 பங்கு நீர் சேர்த்து அதனை 4ல் ஒன்றாக வற்ற வைத்து குடிநீராக்கி இதன் எடைக்கு 3 பங்கு கற்கண்டு கூட்டி காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொண்டு தேவையான அளவு பன்னீர் சேர்த்து உட்கொள்ள மூலச்சூடு, பிரமேகம் சுரம் தீரும்.





63. சாதிக்காய்

வேறு பெயர்கள்: *சாதிக்காய், குழக்காய்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Myristica Fragrans. **குடும்பப் பெயர்:** Myrtaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Nut Meg. **தெலுங்கு:** Jakikaya. **சமஸ்கிருதம்:** Jatphalam. **மலையாளம்:** Jajikkaya. **ஹிந்தி:** Jae-Phal. **கன்னடம்:** Jajikayi.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இலைக்கோணத்தில் பூக்கள் ஆண், பெண் என தனித்தனியாகக் காணப்படும். மெல்லிய பழுப்பு நிற ஓட்டால் மூடப்பட்ட கோள வடிவமான சதைப்பற்றுள்ள கனிகள் நல்ல மணத்துடன் காணப்படும். இதன் கனிதான் மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.*

பயன்படும் பகுதி : *காய்.* **சுவை :** *துவர்ப்பு, கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் கனியில் இருந்து நறுமண எண்ணெய், கொழுப்பு எண்ணெய் எடுக்கலாம். கொழுப்பு எண்ணெயில்* Myristin, Myristic Acid *ஆகியவை உள்ளன. நறுமண எண்ணெயில்* Myristicene, Myristicol *ஆகிய வேதிப்பொருட்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *மணமூட்டி, மூர்ச்சையுண்டாக்கி, காமப்பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது உடலிற்கு பலம் தரும், உடல் வெப்பத்தை நீக்கி காமத்தைப் பெருக்கும். வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் பொருமல், பல்வலி, தலைவலி, இருமல், நீர்வேட்கை, பெருங்கழிச்சல், பார்வைக் குறைவு போன்ற நோய்கள் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சாதிக்காய் 50 கிராம், சுக்குப் பொடி 50 கிராம், சீரகம் 125 கிராம் இவற்றை நன்கு பொடி செய்து கலந்துகொண்டு தினமும் காலையிலும், மாலையிலும் உணவிற்கு முன் 5 கிராம் வீதம் கொடுத்துவர வயிற்றில் உண்டாகும் வாயுவைப் போக்கி ஜீரண சக்தியை உண்டுபண்ணும்.

2. சாதிக்காய் பொடி 1 கிராம் வீதம் பாலில் கலந்து தினமும் 3 வேளை கொடுத்துவர வயிற்றுப்போக்கு, இரைப்பை, கல்லீரல் நோய்கள், நடுக்கம், பக்க வாதம் போன்றவை தீரும். விந்து இறுகும். உடல் வெப்பத்தை நீக்கும். சோர்வை நீக்கி புத்துணர்ச்சியளிக்கும்.

3. சாதிக்காய் தூளை நீரில் போட்டு, வாலையிட்டு எடுக்கிற எண்ணெயை பற்களில் தடவ பல்வலி நீங்கும்.

4. சாதிக்காயை அரைத்து கண்ணைச் சுற்றிப் பற்றிடக் கண் ஒளி பெறும்.

5. சாதிக்காயின் ஊறல் குடிநீர் வாந்தி, பேதியிலுண்டாகும். நீர் வேட்கையைப் போக்கும்.

6. சாதிக்காய், சுக்கு, துளசி விதை, கடுக்காய் சமஅளவு பொடி செய்து நன்கு கலந்து கொண்டு தினமும் படுப்பதற்கு

முன் 2 கிராம் வீதம் பால், கற்கண்டுடன் சேர்த்து 48 நாட்கள் குடித்துவர ஆண் மலடு நீங்கும்.

குறிப்பு : சாதிக்காயின் குணங்களும், ஜாதிப்பத்திரியின் குணங்களும் ஒரே மாதிரியாகவே உள்ளன.



64. சிறியா நங்கை



வேறு பெயர்கள்: *நிலவேம்பு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Polygala Glabra (Old Name: Polygala Grinersis). **குடும்பப் பெயர்:** Polygalaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Milk Wort.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தண்டுகள் நாற்கோணப் பட்டையானவை. இலைகள் நீள் முட்டை வடிவமானவை. மலர்கள் கணுக்களிலும், நுனியிலும் குறுக்கு மறுக்காக அமைந்தவை. பூக்கள் வெண்மை யானவை, நாக்கு போன்று நீண்டு ஊதா நிறப் புள்ளிகளுடன் காணப்படும். காய்கள் வெடிக்கும் தன்மை யானவை. விதைகள் சிறியவை, மஞ்சள் நிறமானவை.*

பயன்படும் பகுதி : *செடி முழுவதும். (சமூலம்).* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலையில் ஒருவித கசப்புப் பொருள் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *உரமாக்கி, உடல் தேற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலைத் தேற்றி பலந்தரும். காய்ச்சல், அஜீரணம், உடல் சோர்வு, பாம்புக் கடி நஞ்சு போன்றவை தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சிறியா நங்கை இலை, சுக்கு, திப்பிலி, சீந்தில் கொடி வகைக்கு 10 கிராம் சிதைத்து, 500 மி,லி நீரிலிட்டு 200 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி 25 மி.லி வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் அனைத்துவித காய்ச்சல்களும் நீங்கும்.

2. சிறியா நங்கை இலையை அரைத்து தினமும் கொட்டைப்பாக்களவு எடுத்து பாலில் கலந்து காலையில் உண்டு வர நரம்புகள் பலம் பெற்று உடல் வலுக்கும். இவர்களிடம் பெண்கள் ஆசை கொள்வார்கள்.

3. சிறியா நங்கை இலையை கசப்புச் சுவை தோன்றும் மட்டும் கடித்துத் தின்னும்படி கொடுத்துவர பாம்புக்கடியில் ஏற்பட்ட விஷம் நீங்கும்.

4. சிறியா நங்கை இலை, கண்டங்கத்திரி வேர் வகைக்கு கைப்பிடியளவும், சுக்கு 10 கிராமும் சேர்த்து 500 மி.லி. நீரிலிட்டு 250 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி தினமும் 3 வேளைகள் 30 மி.லி. வீதம் கொடுத்துவர மலேரியாக் காய்ச்சல் நீங்கும்.

5. சிறியா நங்கை இலையை உலர்த்திப் பொடி செய்து அதே அளவு சர்க்கரை கலந்து தினமும் காலை, மாலை 4 கிராம் வீதம் கொடுத்துவர உடல் அழகும், பலமும் பெறும்.

குறிப்பு: பெரியா நங்கை என்ற வகை பித்த நோய்களையும், மலச்சிக்கலையும் போக்கும். இலைச்சாறு பலவித பற்பங்கள் தயாரிப்பதற்குப் பயன்படும்.



65. சிறுகுறிஞ்சான்



இலை வேர்





வேறு பெயர்கள்: *குறிஞ்சான், குரிந்தை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Gymnema Sylvestre. **குடும்பப் பெயர்:** Asclepiadaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Periploca of the Woods. **தெலுங்கு:** Poda-Patra. **சமஸ்கிருதம்:** Chota-Dudhilata. **மலையாளம்:** Cherukurinja.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *எதிரடுக்கில் அமைந்த நீள்வட்டமான இலைகள், வெளிர் மஞ்சள் நிற பூக்கள் இலைக்கோணத்தில் அமைந்திருக்கும். காய்கள் பச்சை நிறமானவை. ‘இரட்டை ஃபாலிக்கள்’ வெடிகனி, இது வெடித்து பஞ்சு போன்ற நார்களுடன் விதைகள் வெளிப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, வேர்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலையில்* Gymnemic Acid *மற்றும்* Anthroquinine. *கிளைக்கோசைடும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாதத்தால் உண்டாகும் காய்ச்சல், மாதவிடாய், ஜன்னி ஜுரம், வாத, பித்த, கப நோய்கள், காணாக்கடி நஞ்சு, நீர் வேட்கை, இருமல், இரைப்பு,*

வாயில் தோன்றும் சிறு புண்கள் முதலியவற்றைப் போக்கும்.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சிறுகுறிஞ்சான் இலை 10 கிராம், களா இலை 20 கிராம் நன்கு அரைத்து காலையில் மட்டும் வெறும் வயிற்றில் கொடுத்துவர தாமதித்து வரும் மாதவிடாய், கர்பாயசக் கோளாறு, உதிரச்சிக்கல் போன்றவை குணமாகும்.

2. சிறுகுறிஞ்சான் இலையைக் குடிநீரிட்டு கொடுக்க இருமல், காய்ச்சல், காச நோய் (T.B.) *ஆகியவை தீரும்.*

3. ஒரு பங்கு சிறுகுறிஞ்சான் இலையுடன் இரண்டு பங்கு தென்னம்பூவைச் சேர்த்து மையாக அரைத்து சிறு மாத்திரைகளாக்கி தினமும் 1 மாத்திரை வீதம் வெந்நீருடன் கொடுத்துவர சிறுநீரில் உள்ள சர்க்கரை நோய் நீங்கும். தொடர்ந்து சாப்பிட பூரண குணம் கிடைக்கும்.

4. சிறுகுறிஞ்சான் வேர்ச்சூரணம் 1 கிராம், திரிகடுகு சூரணம் 1 கிராம் வெந்நீருடன் உட்கொள்ள கபம் வெளியாகி ஆஸ்த்துமா, மூச்சுத் திணறல் குணமாகும்.

5. சிறுகுறிஞ்சான் வேர் அல்லது இலையை நன்கு அரைத்து உள்ளுக்கு கொடுத்தும் பாம்பு கடித்த இடத்தின் மீது பூசியும் வர விஷம் நீங்கும்.

6. 50 கிராம் சிறுகுறிஞ்சான் இலையுடன் 10 கிராம் திரிகடுகு சூரணத்தைச் சேர்த்து 500 மி.லி நீரிலிட்டு 250 மி.லியாகக் காய்ச்சி எடுத்து 20 நிமிடத்திற்கு ஒரு முறை 20 மி.லி. வீதம் கொடுத்து வர தணியாத தாகத்துடன் கூடிய ஜுரம் ஒரே நாளில் தணியும்.



66. சிலந்திநாயகம்



வேறு பெயர்கள்: *கிரந்தி நாயகம், சிலந்தி நாயகன், பட்டாஸ்காய் செடி, கிரந்திநாயகன், கட்டிப்பூண்டு.* **தாவர வியல் பெயர்:** Ruellia Petula. **குடும்பப் பெயர்:** Acanthaceae.

வளரியல்பு: *செடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *இலைகள் மத்தியில் அகலமாயும் இலைகாம்பிலும், முனையிலும் குறுகி எதிரிலைக் குறுக்கு மறுக்கு அடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். வெள்ளை நிற தனி மலர்கள் இலைக்கோணத்தில் காணப்படும். காய் பச்சை நிறமாக இருக்கும். அறைவெடி காப்சூல் வகைக் கனி காணப்படுகின்றது. இது பட் என்ற சத்தத்துடன் வெடிப்பதால் இதற்கு பட்டாசுகாய் செடிஎன்ற பெயர் உண்டு.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலையில் கசப்புத் தன்மை உடைய ஆல்கலாய்டு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *நுண் கிருமிக்கொல்லி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *நகச்சுற்று, சிரங்கு, புண், விஷக்கடி, கண் நோய்கள், பல் நோய்கள், உட்புண் முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சிலந்தி நாயகம் இலைகள் ஐந்தை நன்கு மென்று தின்ன பாம்பு, தேள்கடி விஷங்கள் நீங்கும். இலையை அரைத்து கடிவாயிலும் பூசலாம்.

2. சிலந்தி நாயகம் இலையை அரைத்து 3 கிராம் வீதம் பசுவின் வெண்ணெயுடன் கலந்து காலை, மாலை 2 வேளை கொடுக்க மேற்கண்ட நோய்கள் தீரும்.

3. சிலந்தி நாயகம் இலையை அரைத்துப் பூச புண், சிரங்கு, நகச்சுற்று முதலியன குணமாகும்.

4. சிலந்தி நாயகம் இலையுடன் நாட்டுக் கல்நார் சம அளவு சேர்த்து அடையாகத் தட்டி காயவைத்து புடமிட்டு பொடியாக்கி தேய்த்துவர பல் சொத்தை, பல்வலி, ஈறு வீக்கம், பல்லாட்டம், ரத்தக்கசிவு முதலியன நீங்கும்.



67. சின்னி



வேறு பெயர்கள்: *சிறு சின்னி, கிட்டிக் கிழங்கு, கப்புதழை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Acalypha Fruticosa. **குடும்பப் பெயர்:** Euphorbiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Milk Wort. **தெலுங்கு:** Chinni. **மலையாளம்:** Msinni-maram. **ஹிந்தி:** Chinni.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள் காணப்படும் பூக்கள் 'கேட்கின்' என்ற மஞ்சரி தொகுப்பில் காணப்படும். காப்சூல் வகை வெடிகனி உள்ளது. இது தென்னிந்தியாவில் தமிழ்நாடு, கர்நாடகம், கேரளா ஆகிய மாநிலங்களில் உள்ள மலையடிவாரக் காடுகளில் வளர்கின்றது. இது வறட்சியைத் தாங்கக் கூடியது.*

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதில்* Acalyphine *என்ற ஆல்கலாய்டு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *நச்சுப் போக்கி, செந்நீரிளக்கி, உடற்றேற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *விஷக்கடிகள், காணாக்கடி, இடுமருந்து, வெள்ளை, மந்தம், கணச்சுரம், அஜீரணம், வாந்திபேதி, மூலம் முதலியன நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சிறு சின்னியிலை 50 கிராமுடன் பூண்டுப்பல் 3, மிளகு 10 சேர்த்தரைத்து காலை, மாலை 25 கிராம் வீதம் கொடுத்துவர வண்டுக்கடி, இடு மருந்து, விஷக்கடி, காணாக்கடி முதலியவை தீரும்.

2. சின்னிலையை மட்டும் காலையில் வெறும் வயிற்றில் 1 கைப்பிடியளவு மென்று தின்று வர வேண்டும். இவ்வாறு 40 நாட்கள் உண்டுவர இரத்தம் சுத்தம் ஆகும். வாத, பித்த, கபநோய்கள், வயிற்றுவலி, அஜீரணம், வாய்வுப் பொருமல், வாந்தி பேதி, மந்தம் முதலியன நீங்கி உடல் பலம் பெறும்.

3. சின்னி வேருக்கு சின்னிக் கிழங்கு என்று பெயர். இதை உலர்த்திப் பொடி செய்து 2 கிராம் வீதம் தேன் அல்லது நீருடன் கொடுத்து வர மூலம், ரத்தப்போக்கு நீங்கும். பொடியை அதிகமாக உண்டால் கழலையையும் வீக்கத்தையும் உண்டாக்கும்.



68. சிறுகீரை



வேறு பெயர்கள்: *சில்லி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Ameranthus Tricolor (Old Name: Amaranthus Gangeticus). **குடும்பப் பெயர்:** Amaranthaceae.

சமஸ்கிருதம்: Mekanade. **மலையாளம்:** Math. **ஹிந்தி:** Lal Sag.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலை, மாற்றடுக்கத்தில் அமைந்துள்ளது. உரோம வளரிகளை யுடையது. தண்டின் நுனியில் கொத்தாக மலர்கள் காணப்படும். மெல்லிய கனியுறையுடைய 'யுட்ரிகல்' என்ற வெடியா உலர்கனி காணப்படும். விதையில் வளைந்த கருவும், மாவு போன்ற என்டோஸ்பெர்மும் உடையது.*

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம். (முழுச்செடியும்)* **சுவை :** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *சீதம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலையில் நார்ச்சத்து* (Fiber), *இரும்புச் சத்து, சுண்ணாம்புச் சத்து ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *சிறுநீர்ப் பெருக்கி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி மலமிளக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கண் எரிச்சல், சிறுநீர் எரிச்சல், புண், வீக்கம், ஞாபகமறதி, பித்த நோய்கள், விஷம், நீர்க்கோவை, கல்லடைப்பு, சிறுநீர்க்கட்டு, உடல் வறட்சி நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சிறு கீரையை சமையல் செய்து உண்டுவர மேற்கூறிய நோய்கள் விலகும்.

2. 30 மி.லி சிறுகீரைச் சாறுடன் 30 மி.லி. நல்லெண்ணெய் கலந்து அத்துடன் 70 மி.லி சுண்ணாம்புத் தெளிநீர் சேர்த்து காலையில் மட்டும் சாப்பிட்டுவர ஓரிரு வாரத்தில் சிறுநீருடன் இரத்தம் போதல் குணமாகும்.

3. சிறுகீரை வேர், சிறு பீளைவேர், நெருஞ்சில் வேர், சீரகம் வகைக்கு 40 கிராம் இடித்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 250 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி 125 கிராம் வீதம் காலை, மாலை கொடுத்துவர கல்லடைப்பு நீங்கும்.

4. சிறுகீரை சமூலத்துடன் மிளகுத்தூள் நெய், உப்பு இவற்றைச் சேர்த்து பக்குவம் செய்து 40 நாட்கள் உண்டுவர அறிவுக் கூர்மையும், நல்ல நினைவாற்றலும் உண்டாகும்.

5. சிறுகீரை வேருடன் பச்சரிசிக் கழுநீர் வண்டலுடன் சேர்த்தரைத்து 10 கிராம் வீதம் தேனுடன் கலந்து கொடுத்துவர ரத்தப்பித்தம் தீரும்.

6. சிறுகீரைச் சாறு, கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு, பால், நல்லெண்ணெய் வகைக்கு 500 மி.லி வீதம் எடுத்து 250 மி.லி எலுமிச்சஞ்சாறுடன் கலந்து அத்துடன் நெல்லி வற்றல், வெட்டி வேர், அதிமதுரம், விளாமிச்சை வேர், லவங்கம், கோஷ்டம், ஏலம் வகைக்கு 1 கிராம் வீதம் அரைத்து பக்குவமாகக் காய்ச்சவும். இதுவே சிறுகீரை தைலமாகும். இதைத் தினமும் தலையில் தேய்த்துக் குளித்துவர அனைத்து வித கண்நோய்கள், உடல் வறட்சி நீங்கும்.



69. சிறுபீளை



வேறு பெயர்கள்: *சிறு பூளை, சிறுகண்பீளை, கற்பேதி, கண்ணுப் பீளை, பொங்கல் பூ, பாஷாண பேதி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Aerva Lanata. **குடும்பப் பெயர்:** Amaranthaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Common Wayside Weed. **தெலுங்கு:** Pindi-Konda. **சமஸ்கிருதம்:** Astmabayda. **மலை யாளம்:** cherupila. **ஹிந்தி:** Kapurijadi.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *இலைகள் மாற்றடுக்கில் அமைந்தவை. தனி*

இலைகள். இலைகள் மிகச்சிறியவை. இலைக் கோணத்தில் வெள்ளைநிறப் பூக்கள் கொத்துக் கொத்தாகக் காணப்படும். 'யுட்ரிகல்' என்ற வெடியா உலர்கனி உடையது.

பயன்படும் பகுதி: *சமூலம்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதில் டானின் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *சிறுநீர்ப்பெருக்கி, கற்கரைச்சி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சிறுநீர் அடைப்பு, கல்லடைப்பு, பெரும்பாடு, நீர் எரிச்சல், முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சிறுபீளை இலைச்சாறு 50 மி.லி எடுத்து அத்துடன் 200 மி.லி. நீர் கலந்து தினமும் கொடுத்துவர கல்லடைப்பு, சிறுநீர் அடைப்பு, நீர் எரிச்சல், பெரும்பாடு முதலியன குணமாகும்.

2. கஞ்சியுடன் சிறுபீளை வேரையும் சேர்த்துக் காய்ச்சி குடித்துவர கர்ப்பிணிப் பெண்கள் பலம் பெறுவார்கள்.

3. சிறு பீளை சமூலம் 50 கிராம் எடுத்து அதை 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 300 மி.லி யாகக் காய்ச்சி தினமும் 3 வேளைகள் கொடுத்துவர சிறுநீரகக் கற்கள் கரைந்து வெளியேறும்.

4. சிறுபீளை வேர்ப்பட்டை 30 கிராமுடன், பனைவெல்லம் 30 கிராம் சேர்த்து மைபோல் அரைத்து 100 மி.லி. பாலுடன் கலந்து காலை, மாலை குடித்துவர கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, பெரும்பாடு குணமாகும்.



70. சிவனார் வேம்பு



வேறு பெயர்கள்: *காந்தாரி, அன்றெரித்தான் பூண்டு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Indigofera Aspalathoides. **குடும்பப் பெயர்:** Fabaceae.

தெலுங்கு: Manaveli. **சமஸ்கிருதம்:** Shivanil. **மலையாளம்:** Manaveli. **கன்னடம்:** Shivamalli-Gida.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *சிறகுவடிவக் கூட் டிலைகள், ஊதாநிற சிறு பூக்கள் கொத்தாக இலைக்கோணத் தில் காணப்படும். 'லெகூம்' என்ற இருபுற வெடிகனி காணப் படும். இதன் காயினுள் ஆறு விதைகள் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ, தண்டு, வேர்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேரில் நறுமண எண்ணெய் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *வெப்பமுண்டாக்கி, உள்ளழலாற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *நெஞ்சு சளி, இருமல், ஈளை, நாட்பட்ட கபம், மார்பு நோய், பல்நோய், வாயு, அஜீரணம், வீக்கம் ஆகியவை குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சிவனார் வேம்பு வேரை வாயிலிட்டு சுவைக்க பல்வலி, வாய்ப்புண் முதலியன நீங்கும்.

2. சிவனார் வேம்பு வேருடன் செடியை உலர்த்திப் பொடி செய்து அதே அளவு கல்கண்டுத்தூளை சேர்த்து 50 மி.லி.பாலில் கலந்து கொடுத்துவர தொழுநோய் குணமாகும். ஆயுள் நீடிக்கும்.

3. சிவனார் வேம்பு இலையையும், பூவையும் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க படை போன்ற தோல் நோய்கள் தீரும்.

4. சிவனார் வேம்பு செடியை நெருப்பி லிட்டு சாம்பலாக்கி தேங்காயெண்ணெயில் குழைத்துப் பூச படைகள், சொறி, சிரங்கு, கரப்பான், நாட்பட்ட புண்கள் ஆறும்.

5. சிவனார் வேம்பு வேரை இடித்து வெண்ணெயில் குழைத்துப் பூச வீக்கங்கள், கட்டிகள் மறையும்.

6. சிவனார் வேம்பு இலையை அரைத்துப் பற்றிட கட்டிகள் பழுத்து உடையும் அல்லது உள்ளேயே அமுங்கிவிடும்.

7. சிவனார் வேம்பு வேரை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சிப் பூச மேற்கண்ட தோல் நோய்கள் குணமாகும்.



71. சிற்றரத்தை

வேறு பெயர்கள்: *அரத்தை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Alpinia Officinarum. **குடும்பப் பெயர்:** Zingiberaceae.

தெலுங்கு: Sanna-Rashtramu. **சமஸ்கிருதம்:** Kulanja.



வேர்



மலையாளம்: Aratha. **ஹிந்தி:** Punnag Champa. **கன்னடம்:** Rasmi.

வளரியல்பு: செடி. **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இலைகள் நீளமாக, மேல்பக்கம் அடர்த்தியான பச்சை நிறம், கீழ்ப்பக்கம் சாம்பல் பச்சை ஓரங்கள் வெண்மையாக இருக்கும். தனி இலைகள் இரண்டு வரிசைகளில் இருக்கும். பச்சை கலந்த வெண்மை நிற பூக்கள் ஸ்பைக் மஞ்சரியில் அமைந்து காணப்படும். ஆரஞ்சு கலந்த சிவப்புநிற சிறிய பழங்கள் உள்ளன. இதன் மட்டநிலத்தண்டு சிற்றரத்தை ஆகும்.*

பயன்படும் பகுதி: *வேர்.* **சுவை:** *கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *மட்டநிலத் தண்டில்* Galangol, Galangin *நறுமண எண்ணெய் ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, வெப்பமகற்றி, பசித்தீத்தூண்டி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *நெஞ்சு சளி, இருமல், ஈளை, நாட்பட்ட கபம், மார்பு நோய், பல்நோய், வாயு அஜீரணம், வீக்கம் ஆகியவை குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சிற்றரத்தை வேரைப் பொடி செய்து 2 முதல் 4 கிராம்

வீதம் தேனுடன் கலந்து கொடுத்து வர மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகும்.

2. சிற்றரத்தையை நீர் விட்டு மையாக அரைத்து தடவிவர வலி, வீக்கம் தீரும்.

3. ஒரு துண்டு சிற்றரத்தையை வாயில் போட்டு சுவைத்து வர தொண்டையில் கட்டும் கோழை, இருமல், வாந்தி முதலியன தணியும்.

4. சிற்றரத்தை வேரைப் பொடி செய்து 1 கிராம் எடுத்து அத்துடன் சிறிது சர்க்கரை சேர்த்து தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர சளி, இருமல், ஈளை, நீர்க்கோவை, தொண்டைப் புண், பீனிசம், வாயு போன்றவை தீரும்.

5. சிற்றரத்தை, திப்பிலி, அக்ரகாரம், மிளகு, கடுக்காய், ஓமம்,தேசாவரம் சம எடை எடுத்து இடித்து தூள் செய்து வந்த எடையுடன் பாதி சர்க்கரை சேர்த்து கலந்து 5 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர நீர்க்கோவை, ஈளை இருமல், சளி, ஜலதோஷம், தொண்டைக்கட்டு குணமாகும்.

6. பேரரத்தை, சிறியா நங்கை வகைக்கு 5 கிராம் இடித்து 500 மி.லி நீரிலிட்டு 100 மி.லி யாகக் காய்ச்சி வடித்து தினமும் 2 வேளைகள் 50 மி.லியாகக் கொடுத்துவர உடல் வலி, முறைக் காய்ச்சல், குளிர்க் காய்ச்சல், நஞ்சுகள் நீங்கும்.



72. சீரகம்

வேறு பெயர்கள்: *மேத்தியம், உபகும்பபீசம், துத்த சாம்பலம், அசை, பித்தநாசினி, போஜனகுடோரி, சீரி, நற்சீரி, பிரத்தி-விகா.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cuminum

Cyminum. **குடும்பப் பெயர்:** Apiaceae.



ஆங்கிலப் பெயர்: Cumin Seeds. **தெலுங்கு:** Jilakara. **சமஸ்கிருதம்:** Jirakams. **மலையாளம்:** Jirakam. **ஹிந்தி:** Zira. **கன்னடம்:** Jiriga.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இலைகள் சிறகுவடிவக் கூட்டிலைகள், வெண்மை சிவப்பு கலந்த பூக்கள் தொகுப்பாக தண்டின் கிளைகளின் நுனியில் காணப்படும். இதில் கிரிமோகார்ப் என்ற வெடிகனி உள்ளது. இது வெடித்தபின் விதை வெளியேறும்.*

பயன்படும் பகுதி : *விதை.* **சுவை :** *கார்ப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *உலர்கனியில்* Thymene *என்ற நறுமண எண்ணெய் உள்ளது. இதில்* Cuminol, Cymene *ஆகிய டெர்பீன்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *பசித்தீத்தூண்டி, அகட்டுவாய்வகற்றி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *பித்தம் சம்பந்தமான நோய்கள், வயிற்று நோய்கள், வாய் நோய்கள், ஈரல் நோய், காச நோய், கல்அடைப்பு, தும்மல், இரைப்பு, மூக்கு நீர் பாய்தல், வெறி, வாத நோய்கள், சீதக்கழிச்சல், அஜீரணம், சுவையின்மை, கண்ணெரிச்சல், மூலம் முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சீரகத்தை நாட்டுச் சர்க்கரை கலந்து தினமும் உண்டுவர மேலுதடு, கீழுதடு இரண்டும் வீங்கினால் ஏற்படும் நோய் விலகும். மேலும் உடல் பலப்படும்.

2. சீரகத்தைத் தூள் செய்து தினமும் கொடுத்துவர எல்லா நோய்களும் நீங்கும். அதனுடன் கற்கண்டுத்தூளைக் கலந்து சாப்பிட இருமல் விலகும்.

3. சீரகத்தை கையாந்தகரைச் சாற்றில் ஊறப்போட்டு எடுத்த பொடி 4 கிராமுடன் சர்க்கரை 2 கிராம், சுக்குப் பொடி 2 கிராம் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் உண்டு வர காமாலை, வாயு, உட்சுரம் தீரும்.

4. வேண்டிய அளவு சீரகத்தை எலுமிச்சைச் சாறு, இஞ்சிச் சாறு, நெல்லிக்காய்ச் சாறு ஆகியவற்றில் ஒவ்வொன்றிலும் மும்மூன்று முறை ஊறவைத்து உலர்த்திப் பொடி செய்து 3 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர உடல் சூடு, அஜீரணம், கண்ணெரிச்சல், வயிற்றுவலி, சீதக்கழிச்சல், சுவையின்மை, மூலம், பித்த மயக்கம் முதலியன குணமாகும்.

5. சீரகம், குறுந்தொட்டி வேர் சம அளவு எடுத்து குடிநீர் செய்து காலை, மாலை 3 நாட்கள் பருகிவர குளிர்காய்ச்சல் நீங்கும்.

6. சீரகம், சுக்கு, ஏலம், நெல்லிமுள்ளி இவைகளை சமஅளவு எடுத்து பொடி செய்து அதில் பாதி அளவு சர்க்கரை சேர்த்து 2 கிராம் வீதம் கொடுத்து வர பித்தத்தினால் (சூட்டினால்) உண்டாகும் அனைத்து நோய்களும் தீரும்.

7. 50 கிராம் சீரகத்தை 1500 மி.லி. நல்லெண்ணெயில்

விட்டுக் காய்ச்சி சீரகம் ஒடியும் பக்குவத்தில் வடித்துக் கொள்ளவும். இதை தினமும் தேய்த்து தலை முழுகிவர வாந்தி, மயக்கம், மாந்தம், தலைவலி, கண்நோய்கள் குணமாகும்.

8. சீரகம் 200 கிராம், உலர்ந்த கற்றாழை 170 கிராம், பனை வெல்லம் 170 கிராம் இவற்றுடன் தேவையான அளவு பால், நெய் கலந்து லேகியமாக்கி சாப்பிட்டுவர நீர்ச்சுருக்கு, அஜீரணம், கண்ணெரிச்சல், கை, கால், உடல் எரிச்சல், ஆசனக்கடுப்பு, மலச்சிக்கல், வயிற்றுவலி, உடல் வெப்பம் நீங்கும்.

9. சீரகத்தை உலர்த்தி தூள் செய்து 2 கிராம் வீதம் பால் அல்லது தேனுடன் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர சீதக்கழிச்சல், பித்தம், வாயு, உதிரச்சிக்கல், அஜீரணக் கழிச்சல், கண் நோய்கள் தீரும்.



73. சீந்தில்





இலை



வேர்

வேறு பெயர்கள்: *குண்டலி, அமிர்தக் கொடி, சோம வல்லி, அமிர்தை, அமிர்த வல்லி, சாகா மூலி, ஆகாச வல்லி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Tinospora Cordifolia (Old Name: Cocculus Cordifoluis). **குடும்பப் பெயர்:** Menispermaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Heart Leaved Moon Seed. **தெலுங்கு:** Tippa-

Tiga. **சமஸ்கிருதம்:** Guduchi. **மலையாளம்:** Amruta. **ஹிந்தி:** Guibe. **கன்னடம்:** Amruta-valli.

வளரியல்பு: *ஏறு கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இதய வடிவ இலைகள் மாற்றிலை அடுக்கத்தில் காணப்படும். தண்டு பச்சையானது. சாறு நிறைந்தது. தக்கையான தோலால் மூடப்பட்டிருக்கும். மஞ்சள் நிற பூக்கள் இலைக் கோணத்தில் 'ரெசிமோஸ்' மஞ்சரியில் அமைந்து காணப்படும். கொடியிலிருந்து மெல்லிய விழுதுகள் தொங்கிக் கொண்டிருக்கும். பழங்கள் சிவப்பு நிறத்தில் பட்டாணி அளவில் காணப்படுகின்றன.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை,கொடி, வேர்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *வேர், தண்டு களில்* Berberine *எனும் வேதிப்பொருள் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *உடற்றேற்றி, காமம்பெருக்கி, உள்ளழலாற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலிற்கு பலந்தரும். பசியையும் காமத்தையும் தூண்டும். தாய்ப்பால், பித்தம், சிறுநீர் பெருக்கும். முறை சுரம் தீர்க்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. முதிர்ந்த சீந்தில் கொடிகளை உலர்த்திப் பொடி செய்து தினமும் 2 வேளைகள் 5 கிராம் வீதம் 30 மி.லி பாலுடன் கொடுத்து வர உடல் பலம் பெறும்.

2. சீந்தில் வேர், விலாமிச்சம், கொத்தமல்லி, சிறியாநங்கை, சுக்கு, பற்படாகம், சிறு காஞ்சொறி, முத்தக்காசு இவற்றை சம எடை எடுத்து சேர்த்து குடிநீர் செய்து பருக அனைத்துவித காய்ச்சல்களும் குணமாகும்.

3. சீந்தில் சர்க்கரையுடன் மற்ற மருந்துகளை சேர்த்துக் கொடுக்க காமாலை, சோகை, நீரிழிவு, சளி, இருமல், வாந்தி, கபம், பாண்டு, மயக்கம் முதலியன நீங்கும்.

4. 35 கிராம் சீந்தில் கொடியை நசுக்கி 250 மி.லி குளிர்ந்த நீரில் போட்டு ஒருநாள் இரவு மட்டும் ஊறவைத்து, பின் வடிகட்டி சிறிது கிராம்பு அல்லது லவங்கப்பட்டைப் பொடி சேர்த்து 40 மி.லி. வீதம் தினமும் 3 வேளை பருகிவர காமத்தையும், பசியையும் உண்டு பண்ணும். முறை நோய் தீரும்.

5. சீந்தில் இலையை நெருப்பில் வாட்டி. பொடி செய்து புண்களின் மேல் பூசி வர, புண்கள் சீக்கிரம் குணமாகும்.

சீந்தில் சர்க்கரை தயாரிக்கும் விதம் : நன்றாக நசித்த சீந்தில் கொடியை குளிர்ந்த நீரிலிட்டு மறுநாள் கடைந்து திப்பிலியைக் கசக்கிப் பிழிந்து வெயிலில் 3 மணி நேரம் வைத்திருக்க நீர் தெளியும். நீரை மட்டும் நீக்கிவிட அடியில் வெண்மையான மாவு படிந்திருக்கும். மீண்டும் வேறு நீர்விட்டு கலக்கி 3 மணி நேரம் வைத்திருந்து நீரை வடித்துவிட மாவு தங்கியிருக்கும். அதை உலர்த்தி வைக்க வெண்ணிறமான பொடியாக மாறும். இதுவே சீந்தில் சர்க்கரையாகும். இது ஒரு கற்ப மருந்தாகும். இதை தொடர்ந்து சாப்பிட்டு வர பல நோய்கள் நீங்கும்.



74. சீமையகத்தி



பூ



இலை



வேறு பெயர்கள்: *பேய கத்தி, வண்டுக் கொல்லி, வண்டுக் கடியிலை, மலைத் தகரை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cassia Alata. **குடும்பப் பெயர்:** Caesalpiniaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Broad Leaved Cassia. **தெலுங்கு:** Shima-Avisi. **சமஸ்கிருதம்:** Dadrughna. **மலையாளம்:** Shima-Agati. **ஹிந்தி:** Mdamrdan. **கன்னடம்:** Shimi-Gida.

வளரியல்பு: *பெருஞ்செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *நீள்வட்டவடிவ கூட்டிலைகள் காணப்படும். தண்டின் நுனியில் பொன்மஞ்சள் அல்லது செம்மஞ்சள் நிறமான பெரிய பூக்கள் கொத்தாகக் காணப்படும். லெகூம் என்ற இருபக்க வெடிகனி உடையது. இவை நீளவாக்கில் வெடிப்பவை.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, வேர், பூ.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலையில்* Chrysophanic Acid *என்னும் வேதிப்பொருள் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *நீர்மலம்போக்கி, தூக்குணிப்புழுக் கொல்லி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வண்டுக்கடி, படர்தாமரை, படை, விஷக்கடிகள், மேகக் கட்டிகள், அரிப்பு முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சீமையகத்தி இலையை அரைத்துப் போட மேற்கூறிய நோய்கள் குணமாகும்.

2. சீமையகத்தி இலையை எலுமிச்சம் பழச்சாறு அல்லது சுண்ணாம்புத் தெளிநீர் விட்டரைத்து மேலுக்குத் தேய்க்க மேற்கண்ட நோய்கள் நீங்கும்.

3. சீமையகத்தி இலையை அரைத்து தேங்காயெண்ணெய் அல்லது நல்லெண்ணெயில் குழைத்துப் போட மேற்கூறிய நோய்கள் மறையும்.

4. 2 பங்கு தேன் மெழுகுடன் 5 பங்கு தேங்காயெண்ணெய் கூட்டி இரும்புக் கரண்டி அல்லது சட்டியிலிட்டு தீயில் உருக்கி சூடுகுறையும் முன் 7 பங்கு சீமையகத்தி இலைச் சாறை விட்டு மெழுகு போலக் கிண்டி பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் தேய்க்க மேற்கண்ட நோய்கள் தீரும்.



75. சுக்கு

வேறு பெயர்கள்: *அருக்கன், உலர் இஞ்சி, நவசுறு, வேர்க்கொம்பு, கடுபத்திரம், உபகுல்லம், நாகரம், ஆர்த்ரகம், வீரம், சௌவர்ணம், சௌபாக்யம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Zingiber Officinalis. **குடும்பப் பெயர்:** Zingiberaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: The Dried Rhizome Ginger. **தெலுங்கு:** Sonti. **சமஸ்கிருதம்:** Adraka. **மலையாளம்:** Chukku. **ஹிந்தி:** Adrak. **கன்னடம்:** Sunti.



உலர்ந்த மட்ட நிலத்தண்டு.



வளரியல்பு: *சிறு செடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *மட்ட நிலத் தண்டுடைய சிறுசெடி. பொய்தண்டு குட்டை யாகவும் இலைக்காம்பின் அடிப்பகுதிகளால் மூடப் பட்டுமுள்ளது.*

மட்ட நிலத் தண்டிலிருந்து வேற்றிடத்து வேர்கள் தோன்றுகின்றன. தனி இலைகள் இரண்டு வரிசைகளில் அமைந் துள்ளன. பூக்கள் கொத்தாக இலைக்கோணத்தில் காணப் படும்.

பயன்படும் பகுதி : *உலர்ந்த மட்ட நிலத்தண்டு.* **சுவை :** *கார்ப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *மட்டநிலத் தண்டில்* Phellandrene, Gingerol *முதலிய டெர்பீன்கள் உடைய நறுமண எண்ணெய் உள்ளது.* Gingerin *என்ற ஓலியோ ரெசினும் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *பசித்தீத்தூண்டி, வெப்பமுண்டாக்கி, அகட்டுவாய்வகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாயுவைப் போக்கி சுறுசுறுப்பை உண்டாக்கும். அஜீரணம், இருமல், இரைப்பு, நெஞ்செரிச்சல், தலைவலி, காதுவலி, கபத்தினால்*

உண்டாகும் காய்ச்சல், பேதி, உடல்வலி, தலையில் நீரேற்றம், உடல் சூடு, வயிற்று வலி போன்றவை தீரும்.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சுக்கை மென்று சாறை மட்டும் விழுங்க தொண்டைக் கட்டு, குரல் கம்மல் போன்றவை தீரும்.

2. சிறு துண்டு சுக்கை காதினுள் செலுத்தி சிறிது நேரம் வைத்திருக்க காதடைப்பு, உடல்களைப்பு, கபநோய்கள் நீங்கும்.

3. சுக்கை குடிநீர் செய்து 50 மி.லி. வீதம் தினம் 3 வேளைகள் கொடுக்க வயிற்றுவலி, வாந்தி, நாட்பட்ட காய்ச்சல், வயிற்றுப் பொருமல், மந்தம், போன்றவை குணமாகும்.

4. சுக்கை தாய்ப்பால் விட்டு அரைத்து நெற்றியில் பற்றிட்டு அனலில் படும்படி காட்ட தலைவலி தீரும்.

5. சுக்கை வாயிலிட்டு மென்று வர பல்வலி நீங்கும்.

6. சுக்கை அரைத்து மூட்டு வீக்கங்களுக்குப் பூச, சில தினங்களில் வீக்கம் குறையும்.

7. சுக்குத்தூள் 2 கிராமுடன் அப்போதே கறந்த பசும்பால் 150 மி.லி சேர்த்துக் கொடுக்க அஜீரணம் நீங்கி பசி உண்டாகும்.

8. சுக்கு, சிறியாநங்கை, வேப்பந்தோல், கடுக்காய், சீந்தில், பேய்ப்புடல் வகைக்கு 10 கிராம் எடுத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டுக் காய்ச்சி 250 மி.லி யாக வற்றியதும் தினமும் 2 வேளைகள் 50 மி.லி வீதம் கொடுத்துவர விஷக்காய்ச்சல் நீங்கும்.

9. சுக்குத் தூளை கரும்புச் சாறுடன் கலந்து காலையில்

மட்டுமே கொடுத்துவர வயிற்றெரிச்சல் குணமாகும்.

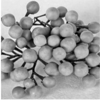
10. சுக்கை அரைத்து நெற்றியில் பற்றிட தலைவலியும், தொண்டையில் பற்றிட தொண்டை வலியும், புருவத்தின் மீது பற்றிட கிட்டப்பார்வை குறையும் நீங்கும்.



76. சுண்டை



காய்



வற்றல்



வேர்



வேறு பெயர்கள்: *கடுகி, மலச்சுண்டை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Solanum Torvum. **குடும்பப் பெயர்:** Solanaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Unarmed Night Shade. **தெலுங்கு:** Kondavusta. **சமஸ்கிருதம்:** Vidari. **மலையாளம்:** Kattu Chunta. **ஹிந்தி:** Ota. **கன்னடம்:** Sonde.

வளரியல்பு: *புதர்ச்செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *பெரிய இலைகள், தனி இலைகளாக மாற்றடுக்கத்தில் அமைந்துள்ளன. இலையில் சுணைகள் உண்டு. இதன் கணுவில் இரண்டு சமமற்ற இலைகள் உள்ளன. பெரிய இலை கீழ்க்கணுவிற்கு உரியது. இதன் கோணத்தில் 'சைமோஸ்' மஞ்சரியில் வெள்ளை நிறப் பூக்கள் இருக்கும். காய்கள் உருண்டை வடிவத்தில் கொத்தாகக் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *காய், வற்றல், வேர்.* **சுவை** : *கைப்பு.* **தன்மை** : *வெப்பம்.* **பிரிவு**: *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் உலர்ந்த கனியில் ஒரு வகை கசப்புப் பொருளும், ஆல்கலாய்டும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, நுண்புழுக் கொல்லி, பசித்தீத்தூண்டி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *நெஞ்சில் உள்ள கபம், வயிற்று வலி, பித்தத்தால் உண்டான ஏப்பம், சுவையின்மை, நுண்புழுக்கள், மூலம், அஜீரணம் முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சுண்டைக்காய் வற்றல் தினமும் சாப்பிட்டு வர பித்தத்தினால் உண்டான ஏப்பம், வயிறு ஊதல், வயிற்று வலி குணமாகும்.

2. சுண்டை வற்றலுடன் மிளகு, சீரகம், கருவேப்பிலை, வெந்தயம், சேர்த்து லேசாக வறுத்து உப்பு சேர்த்து பொடியாக்கி உணவில் கலந்து சாப்பிட்டு வர கிருமிகள், மூலம், ருசியின்மை, பசி மந்தம் நீங்கும்.

3. சுண்டை வேர், தும்பை வேர், இலுப்பைப் புண்ணாக்கு இம்மூன்றையும் சம எடை எடுத்து பொடி செய்து முகர்ந்து வர வாத, பித்த, கப நோய்கள் விலகும்.

4. சுண்டை வற்றல், நெல்லி வற்றல், மாதுளை ஓடு, ஓமம், வெந்தயம், கருவேப்பிலை, மாங்கொட்டைப் பருப்பு இவற்றை சம எடை எடுத்து தனித்தனியாக லேசாக வறுத்து பொடி செய்து 2 கிராம் வீதம் காலை, மாலை மோருடன் கொடுக்க மேற்கூறிய அனைத்து நோய்களும் நீங்கும்.

5. உப்பு கலந்த புளித்த மோரில் இருமுறை ஊறவைத்து, உலர்த்தி, நல்லெண்ணெயில் வறுத்து இரவு உணவுடன் சாப்பிட்டுவர வயிற்றுப்போக்கு, ஆஸ்துமா, காசநோய், மார்புச் சளி, சுவையின்மை குணமாகும்.

6. சுண்டைக்காயை சமைத்து உண்டுவர இருமல், மூலக்கடுப்பு, கபக்கட்டு, காசம், திமிர்ப்பூச்சி, ஈளை, மூலச்சூடு முதலியன நீங்கும்.



77. செம்பருத்தி



வேறு பெயர்கள்: *செம்பரத்தை, சப் பாத்து.* **தாவரவியல் பெயர்:** Hibiscus Rosa-Sinensis. **குடும்பப் பெயர்:** Malvaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Shoe Flower. **தெலுங்கு:** Dasani-Chettu. **சமஸ்கிருதம்:** Japa. **மலையாளம்:** Chemparathi. **ஹிந்தி:** Jasun. **கன்னடம்:** Dasvalada-gide.

வளரியல்பு: *பெருஞ்செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இலைகள் மற்றும் தண்டுகளின் மீது விண்மீன் போன்ற உரோமவளரிகள் உண்டு. இலையினுள்ளும், தண்டின் உள்ளும் வழுவழுப்பான திரவம் உண்டு. பற்கள்*

போன்ற விளிம்புகள், கூர்மையான நுனிஉடைய தனி இலைகள் மாற்றிலை அடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். இலைக் கோணங்களில் சிவப்பு நிறப் பூ காணப்படும். இதனை 'சாலிட்டரிசைம்' மஞ்சரி என்று கூறுவர்.

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ, வேர். சுவை: இனிப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலையிலும், தண்டிலும்* Mucilage *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *ஆண்மைப் பெருக்கி, ருதுவுண்டாக்கி, உள்ளழலாற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடல் வெப்பத்தை நீக்கும். ஆண்மையைப் பெருக்கும். மலச்சிக்கலைப் போக்கும். பெரும்பாடு, மேக வெள்ளை, நீர்ரெரிச்சல், ஜுரம், இருமல் குணமாகும். கண் எரிச்சல் நீங்கி முடி நன்கு வளரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. செம்பருத்திப் பூவை நீர் விட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டி பாலும் சர்க்கரையும் கலந்து காலை, மாலை பருகிவர வெள்ளை, வெட்டை, இருதய பலவீனம், மார்பு வலி, போன்றவை தீரும். ஆண்மை பெருகும். காபி, டீ, புகையிலை தவிர்க்க வேண்டும்.

2. செம்பரத்தை வேர்ப்பொடி, முள்ளிலவுப்பட்டைப் பொடி, தாமரைக் கிழங்குப் பொடி சம எடை எடுத்து நன்கு கலந்து 5 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் நீரில் கலந்து கொடுக்க நீர்க்கட்டு, பெரும்பாடு தீரும்.

3. செம்பரத்தைப் பூவை நல்லெண்ணெயில் கலந்து காய்ச்சி தைலமாகத் தயாரித்து தினமும் தலையில் தேய்த்துவர கண் எரிச்சல் நீங்கி முடி கருமையுடன் செழித்து வளரும்.

4. செம்பரத்தைப் பூவை உலர்த்திப் பொடி செய்து சமஅளவு மருதம்பட்டைத் தூளுடன் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் பாலுடன் பருகி வர இருதய பலவீனம், உட்சூடு நீங்கும்.

5. செம்பரத்தை வேருடன் ஆடாதொடை இலையைச் சேர்த்து குடிநீரிட்டு தினமும் அருந்திவர இருமல் குணமாகும்.

6. செம்பரத்தை 250 கிராம் பூவை மையாக அரைத்து அத்துடன் 500 கிராம் சர்க்கரையை நீர் விட்டுக் கரைத்து வடிகட்டி கலந்து பாகுபதமாகக் காய்ச்சி 15 முதல் 20 மி.லி. நீரில் கலந்து காலை, மாலை பருகிவர ஈரல் வீக்கம், உள்ளுறுப்புகளில் உள்ள புண், உட்சூடு, நீர் எரிச்சல், பெரும்பாடு, இருமல், ஜுரம் முதலியன குணமாகும்.



78. தழுதாழை

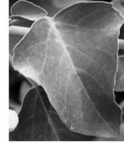
வேறு பெயர்கள்: *வாதமடக்கி, நந்தக்காரி, தக்காரி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Clerodendron Phlomoidis. **குடும்பப் பெயர்:** Verbenaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Wind Killer. **தெலுங்கு:** Teaki. **சமஸ்கிருதம்:** Vataghni. **மலையாளம்:** Vadamadakki. **ஹிந்தி:** Urin.

வளரியல்பு: *சிறுமரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *முக்கோண வடிவிலான தனி இலைகள் வட்ட இலை அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இலைக் கோணத்தில் இளமஞ்சள் நிறமான மலர்கள் காணப்படும். கடினமான உள் உறையைக் கொண்ட ட்ரூப் வகை கனியை உடையது. இலையில் நெருடலான மணம் உண்டு.*



இலை



பயன்படும் பகுதி : *இலை, வேர்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலையில் கசப்பு ஆல்கலாய்டு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *உடல் தேற்றி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *பக்கவாதம் முதலிய வாதநோய்கள், மூக்கடைப்பு, கபக்காய்ச்சல், கழலை, குடைச்சல், தோல் நோய்கள் நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. தழுதாழையிலையை உலர்த்திப் பொடி செய்து கொடுத்தாலோ அல்லது இலைச் சாற்றை விளக்கெண்ணெயுடன் கலந்து கொடுத்தாலோ தோல் நோய்கள் குணமாகும்.

2. தழுதாழை இலைச் சாற்றை மூக்கில் உறிஞ்சிவர தும்மல், சளி, மூக்கு நீர் வடிதல், மண்டைக் குடைச்சல் தீரும்.

3. தழுதாழையிலைச் சாறு 15 கிராம் வீதம் காலை, மாலை கொடுத்துவர காய்ச்சல் நீங்கும்.

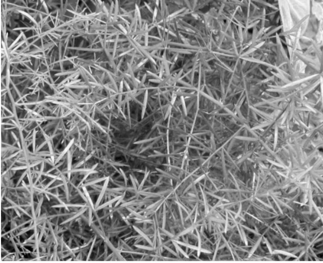
4. தழுதாழையிலையை ஆலிவ் எண்ணெயில் வதக்கிக் கட்ட யானைக்கால் வீக்கம், நெறிகட்டுதல், விரைவாதம், வாதவீக்கம் மறையும்.

5. தழுதாழை வேரை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சித் தடவ பக்கவாதம், குடைச்சல், தோல் நோய்கள், வாத நோய்கள் குணமாகும்.

6. தழுதாழையிலையை நீரில் கொதிக்க வைத்து இளஞ்சூட்டில் ஊற்ற அனைத்து வாத வலிகளும் நீங்கும்.



79. தண்ணீர்விட்டான்



கிழங்கு



வேறு பெயர்கள்: *சதாவரி, சதாமூலம், நாராயணி, ஆகேருகம், உதகமூலம், துண்ணிர்விட்டான், வரிவரி, பறனை, சீக்குவை, சதாவேலி, சதாமூலம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Asparagus Racemosus. **குடும்பப் பெயர்:** Liliaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Water Foot. **தெலுங்கு:** Sadavari. **சமஸ்கிருதம்:** Shatavari.

மலையாளம்: Satavali. **ஹிந்தி:** Satwar. **கன்னடம்:** Satamulike.

வளரியல்பு: *ஏறுகொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இது வறண்டநில தாவரமாகும். இலையே தண்டு போல் உள்ளது. முழுத்தாவரமும் அடர்த்தியான பச்சை நிறம் கொண்டதாகும். 'ரெசிம்' மஞ்சரியில் வெள்ளை நிற மலர்கள் காணப்படும். சிவப்பு நிற பெர்ரி வகை கனிகள் உடையது. இதன் சல்லிவேர்கள் பருத்துத் தொகுப்பு வடிவ வேர்க் கிழங்குகளாக மாற்றுருக் கொண்டுள்ளன. இவ்வேர்க்கிழங்குகள் உலர்ந்த பின் மருத்துவத்திற்குப் பயன்படுகின்றன.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, கிழங்கு. சுவை: இனிப்பு.* **தன்மை** : *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *வேர்க் கிழங்கில்* Saccharine, Mucilage *ஆகியவை அதிகமாக உள்ளன.*

செய்கைகள்: *பாற்பெருக்கி, காமம்பெருக்கி, இசிவகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உட்சூட்டைத் தணிக்கும். உடலிற்கு பலம் தரும். பிரசவித்த பெண்களுக்கு அதிக பால் சுரக்க வைக்கும். நீரிழிவு, உடல் வலி, வெட்டை முதலியவற்றை நீக்கும். ஆண்மையைப் பெருக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கை பாலில் வேகவைத்து, அப்பாலை கொடுத்துவர வெப்பத்தினால் ஏற்பட்ட சுவையின்மை, பித்தம், வெள்ளை, செரியாக் கழிச்சல் போன்றவை தீரும்.

2. தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கை நசுக்கி நீரில் ஊறவைத்துக் கொடுக்க அம்மை நோய் மட்டுப்படும்.

3. தண்ணீர் விட்டான் இலையை வேகவைத்து நெய்யுடன் கலந்து கொப்புளங்களில் கட்ட குணமாகும்.

4. தண்ணீர் விட்டான் கிழங்குச் சாறு 1 பங்கு, வெண்ணெய் 1 பங்கு, பால் 10 பங்கு இவற்றை நெய்யாகச் செய்து சர்க்கரை, தேன், திப்பிலி சேர்த்து கொடுத்து வர விந்து கட்டியாகும். உடல் வலுக்கும். ஆண்மை பெருகும்.

5. தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கை பொடி செய்து 10 கிராம் வீதம் காலை, மாலை நீருடன் உட்கொள்ள நீரிழிவு, தீராத காய்ச்சல், எலும்புருக்கி நோய் முதலியன குணமாகும்.

6. தண்ணீர்விட்டான் கிழங்கின் பொடியை தேன் கலந்து கொடுக்க கபநோய்கள், வயிற்று வலி, வயிற்றில் ஏற்படும் வாத நோய்கள் நீங்கும்.



80. தாளிசபத்திரி



வேறு பெயர்கள்: *சிவ பத்திரி*. **தாவரவியல் பெயர்:** Abies Spectabilis (Old Name: Flacourtia Cataphracta). **குடும்பப் பெயர்:** Coniferae.

ஆங்கிலப் பெயர்: East Indian Plum. **தெலுங்கு:** Talispatram.

சமஸ்கிருதம்: Talisapathra. **மலையாளம்:** Talisapatri. **ஹிந்தி:** Talispatri. **கன்னடம்:** Talispatram.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இமயமலையில் 6000 அடி முதல் 11000 அடி உயரப் பகுதிகளில் வளர்கின்ற மூடாவிதையுடைய* (Gymnosperm) *தாவரமாகும். இச்செடியின் இலைதான் தாளிசபத்திரி. இந்த இலையை உலர்த்தி மருத்துவத்தில் பயன்படுத்து கின்றனர்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை.* **சுவை:** *கார்ப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலைகளில்* Taxol, Taxine, Taxinine, Ephedrine (*ஆஸ்துமாவைக் கட்டுப்படுத்தும் செய்கை உடையது.) ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, பசித்தீத்தூண்டி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *அஜீரணம், கோழையை நீக்கி உடலிற்கு பலம் தரும். பேதி, ஜுரம், இரைப்பு, நாட்பட்ட இருமல், வாய்வு, தலைவலி, பல்வலி, தொண்டைப்புண், வாய்ப்புண் முதலியன நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. தாளிச பத்திரி இலையை உலர்த்தி தூள் செய்து தேனுடன் கலந்து கொடுக்க அஜீரணம், சீதபேதி, வாந்தி, பீனிசம் போன்றவை குணமாகும்.

2. தாளிச பத்திரி மேற்படி தூளை பல்லில் வைத்து அழுத்த பல்வலி நீங்கும்.

3. தாளிச பத்திரி பட்டையை குடிநீரிட்டு வாய் கொப்பளித்துவர, வாய்ப்புண், தொண்டைப்புண், தொண்டைக் கம்மல் முதலியன தீரும்.

4. தாளிச பத்திரி இலைச்சாறு 10 துளிகளை நீரிலோ அல்லது தாய்ப்பாலிலோ கலந்து கொடுத்துவர ஜுரம் தணியும். இதையே குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க பல் முளைப்பதால் உண்டாகும் இருமல், பேதி, ஜுரம், சீதபேதி ஆகியவை குணமாகும்.

5. தாளிச பத்திரி இலைத் தூளை ஆடாதொடை இலைச்சாற்றுடன் கலந்து சிறிது தேன் சேர்த்துக் கொடுக்க இருமல், இரைப்பு, நோய்கள் நீங்கும்.

6. தாளிச பத்திரி இலை 8, மிளகு 4, சுக்கு 2, வால் மிளகு 1, சர்க்கரை 15 பங்கு இவைகளைச் சேர்த்து பொடித்து 5 கிராம் வீதம் கொடுத்துவர பசியின்மை, வயிற்றுவலி முதலியன நீங்கும்.

7. தாளிச பத்திரி இலையை காடி அல்லது எலுமிச்சை சாற்றுடன் அரைத்துப் பூச தலைவலி, தொண்டை வலி தீரும்.



81. தாமரை

வேறு பெயர்கள்: *அரவிந்தம், சூரியநட்பு, பொன்மனை, விந்தம், பதுமம், கமலம், நளினம், முண்டகம், மாலுந்தி, கண்டம், அப்புசம், சலசம், வனசம், சரோகம், வாரிசம், இண்டை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Nelumbo Nucifera (Old Name: Nelumbium Speciosum). **குடும்பப் பெயர்:** Nymphaeaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Lotus. **தெலுங்கு:** Damara. **சமஸ்கிருதம்:** Kamala. **மலையாளம்:** Thamara. **ஹிந்தி:** Kanwal. **கன்னடம்:** Tavare.



வளரியல்பு: *கொடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *இது ஒரு நீர்வாழ் தாவரம். மட்ட நிலத்தண்டு சேற்றில் பதிந்து தரையில் கிடை மட்டமாக வளர்கின்றது. நீர் ஒட்டாத, மெழுகுப் பூச்சு கொண்ட, பெரிய வட்ட வடிவமான இலைகள் நீரின் அளவிற்கு ஏற்றவாறு நீண்ட காம்புடன் மட்டநிலத் தண்டிலிருந்து வளர்ந்து நீரில் மிதக்கும். நீண்ட பூக்காம்பினை உடைய பெரிய சிவப்பு அல்லது வெள்ளை நிறமான மலர் உடையது.*



பூந்தாய்



விதை

பயன்படும் பகுதி: *பூ, விதை, பூந்தாள், கிழங்கு. சுவை: இனிப்பு, துவர்ப்பு. தன்மை: சீதம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலை, மலர்க்காம்பு, விதையிலுள்ள கரு ஆகியவற்றில்* Nelumbine, Nypharine *முதலிய ஆல்கலாய்டுகள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, உள்ளழலாற்றி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சூட்டினால் ஏற்படும் கண் எரிச்சல்,*

வயிற்றுக் கடுப்பு, அதிதாகம், காது கேளாமை, சுவையின்மை, இருமல் ஆகியவை தீரும்.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. தாமரைப் பூவை கஷாயம் செய்தோ அல்லது குடிநீரிட்டோ குடித்துவர சூட்டினால் ஏற்படும் கண் எரிச்சல், காய்ச்சல், அதிதாகம் முதலியன குணமாகும்.

2. தாமரைப் பூவின் மகரந்தத்தைப் பொடி செய்து அத்துடன் தேன், சர்க்கரை கலந்து தினமும் பத்தியத்துடன் உண்டுவர காது கேளாமை நீங்கும்.

3. தாமரைப் பூவை நீர்விட்டரைத்து அத்துடன் நீர் சேர்த்து தினமும் கொடுத்துவர கல்லீரல், மண்ணீரல் போன்றவற்றின் சூடும், மற்ற மருந்துகளின் பக்கவிளைவால் ஏற்படும் உட்சூடும் தீரும்.

4. தாமரை விதையைப் பொடி செய்து பாலில் கலந்து தினமும் காலை, மாலை பருகிவர உடல்சூடு நீங்கும்.

5. தாமரைக் கிழங்கை சுத்தம் செய்து சாப்பிட்டுவர கண்ணிற்கு ஒளியையும், குளிர்ச்சியையும் பெறலாம். மேலும் இருமல், வயிற்றுக் கடுப்பு நீங்கும்.

6. தாமரை விதையைப் பொடி செய்து தேன் கலந்து நாக்கில் தடவி வர விக்கல், வாந்தி, உடல் பலமின்மை தீரும்.



82. தான்றி



விதை



வேறு பெயர்கள்: *அக்கந்தம், அமுதம், ஆராமம், அம்பலத்தி, கந்துகன், களந்தூன்றி, சகதம், வாந்தியம், வித்தியம், பூத வாசகம், தானிக்காய், தாபமாரி, எரிகட்பலம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Terminalia Bellirica. **குடும்பப் பெயர்:** Combretaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Beleric. **தெலுங்கு:** Thandra-kaya. **சமஸ்கிருதம்:** Vebeethaki. **மலையாளம்:** Tanni-kai. **ஹிந்தி:** Bhairah. **கன்னடம்:** Tanri-kayi.

வளரியல்பு: *மரம்.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *நீளமான கிளைகளின் நுனியில் பெரிய இலைகள் கொத்தாகக் காணப்படும். பச்சை நிறமான சிறிய பூக்கள் நெருடலான மணத்துடன் கொத்தாகக் காணப்படும். பலகோணங்களை உடைய பழுப்பு நிறமான, நீள்வட்ட வடிவத்தை உடைய கனிகள் காணப்படும். ஒரே ஒரு விதையுண்டு.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பழம், விதை. சுவை: துவர்ப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் கனியில்* Tannin *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, மலமிளக்கி, கோழையகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *மலச்சிக்கலையும், கோழையையும் நீக்கும். ஆண்குறிப்புண், வெள்ளை, வாத, பித்த நோய்கள், சிலந்தி நஞ்சு, அம்மை, பேதி, நீரொழுக்கு, இரைப்பு, கிரந்திப்புண், ஜுரம், பல்வலி முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. தான்றிக் கொட்டையை நீக்கி லேசாக வறுத்துப் பொடி செய்து 2 கிராம் எடுத்து அத்துடன் சர்க்கரை கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர குடல் பலமின்மை, காய்ச்சல், பித்தத் தலைவலி, மலச்சிக்கல், இரத்த மூலம், ஆண்குறிப்புண், சீதபேதி முதலியன குணமாகும்.

2. தான்றி மேற்படி தூளை 4 கிராம் எடுத்து வெந்நீருடன் கொடுக்க பல்வலி நீங்கும்.

3. தான்றித் தூளை நீரில் கலந்து பூச புண் ஆறும். அக்கியில் பூச எரிச்சல் தணிந்து குணமாகும்.

4. தான்றிப் பொடியை தேனுடன் கலந்து கொடுக்க அம்மை நோய் தீரும்.

5. தான்றிப் பொடி, பாறையுப்பு, திப்பிலிப் பொடி சம அளவு எடுத்து மோரில் கலந்து கொடுக்க வாய்ப்புண், தொண்டைக் கம்மல் குணமாகும்.

6. தான்றிப் பொடியுடன் சீனி, தேன் கலந்து கொடுத்து வர வெள்ளை, வெட்டை, பார்வை மங்குதல், இரைப்பு, ஜுரம், நீரொழுக்கு முதலியன நீங்கும்.

குறிப்பு: இப்பொடி கொண்டு தயாரிக்கப்படும் திரிபலாதி

சூரணம் (நெல்லிக்காய், கடுக்காய், தான்றிக்காய் இம்மூன்றும் கொட்டை நீக்கியது). பல நோய்களை குணப்படுத்தும் தன்மை வாய்ந்ததாகும்.



83. திப்பிலி



வேறு பெயர்கள்: *ஆர்கதி, உண்சரம், காமன், குடாரி, கோலகம், சுருட்டி, சரம், சாடி, துளவி, சௌண்டி, தண்டுலி, கணம், பாணம், பிப்பிலி, வைதேகி, அம்பு, ஆதி மருந்து, அரிசித்திப் பிலி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Piper Longum. **குடும்பப் பெயர்:** Piperaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Long Pepper. **தெலுங்கு:** Pippilu. **சமஸ்கிருதம்:** Pippali. **மலையாளம்:** Thippili. **ஹிந்தி:** Pipli. **கன்னடம்:** Hippili.

வளரியல்பு: *ஏறு கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள், கொடியின் கீழ்ப் பகுதியில் அகன்ற நீள்வட்ட வடிவத்திலும், மேல்பகுதியில் நீள்வட்டமாகவும் இதய வடிவத்திலும், மாற்றிலை யடுக்கத்தில் காணப்படும். மலர்கள் நெருக்கமாக அமைந்த 'ஸ்பைக்' மஞ்சரியில் உள்ளன. கரும்பச்சை நிறத்தில் நீளமான சதைப்பிடிப்புள்ள நீள்வட்ட வடிவ பழங்கள்*

சதைப்பிடிப்புள்ள காம்பு பகுதியில் மறைந்து காணப்படும். பழுக்காத காய்கள் உலர்த்தப்பட்டு திப்பிலியாக பயன்படுத்தப்படுகின்றன.

பயன்படும் பகுதி : *காய், அரிசி. சுவை: கார்ப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *திப்பிலியில்* Piperine *என்ற ஆல்கலாய்டும், நறுமண எண்ணெயும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *வெப்பமுண்டாக்கி, அகட்டுவாய்வகற்றி, கோழையகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கோழை, இரைப்பு, நீர்க்கோவை,வயிற்றுப் பொருமல், இருமல், வீக்கம், வெள்ளை, பெரும்பாடு, அஜீரணம், தாது இழப்பு, தலைவலி, தொண்டைக்கம்மல், மயக்கம், வயிற்றுவலி முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. திப்பிலி 5 பங்கு, தேத்தான் கொட்டை விதை 3 பங்கு எடுத்து நன்றாக பொடி செய்து கழுநீரில் 5 கிராம் வீதம் காலை மட்டும் 3 நாட்களுக்கு கொடுத்துவர வெள்ளை, பெரும்பாடு குணமாகும்.

2. 1 கிராம் திப்பிலிப் பொடியை தேனில் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர அஜீரணம், தாது இழப்பு, வீக்கம், தொண்டைக் கம்மல், இருமல் போன்றவை நீங்கும். ஈரல், இரைப்பை பலம் பெறும்.

3. திப்பிலிப் பொடியுடன் சமஅளவு கடுக்காய் பொடி கலந்து 2 கிராம் வீதம் தேனுடன் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் உண்டுவர இளைப்பு நோய் நீங்கும்.

4. வெற்றிலைச் சாறும், தேனும் சமஅளவு கலந்த கலவையில் திப்பிலிப் பொடி 1 கிராம் கலந்து கொடுத்து வர ஜுரங்கள், இருமல், கோழை, அஜீரணம் முதலியன தீரும்.

5. திப்பிலிப் பொடியுடன் சுக்குப் பொடி சமஅளவு கலந்து 1 கிராம் வீதம் தினமும் 3 வேளைகள் தேனுடன் கொடுத்துவர வயிற்றுப் பொருமல், வயிற்று வலி, தொண்டைக் கம்மல், அஜீரணம், நீர்க்கோவை, தொண்டைக் கம்மல் மற்றும் கப நோய்கள் குணமாகும்.

6. திப்பிலிப் பொடி 4 கிராமை 200 மி.லி பசும்பாலில் இட்டு காய்ச்சி தினமும் பருகிவர இருமல், வாய்வு, மயக்கம், வாத பித்த கப நோய்கள் நீங்கும்.

7. திப்பிலிப் பொடியை தேனுடன் கலந்து 30 நாட்கள் சாப்பிட தேமல் மறையும்.

8. திப்பிலிப் பொடியை நெய்யுடன் கலந்து உண்டுவர ஆண்மை பெருகும்.



84. திருநீற்றுப்பச்சிலை

வேறு பெயர்கள்: *ருத்திர சடை, பச்சிலை, சப்ஜா, திருநீற்றுப்பத்திரி, மட்டிலை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Garcinia Xanthochymus (Old Name: Ocimum Basilicum). **குடும்பப் பெயர்:** Lamiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Sweet Basil. **தெலுங்கு:** Rudrajeda. **சமஸ்கிருதம்:** Vishvat-Tulasi. **மலையாளம்:** Thirunitru Pach-



Cha. **ஹிந்தி:** Sabzah. **கன்னடம்:** Kama-Kasturi.

வளரியல்பு: *குறுஞ்செடி.*

தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்: *தனி இலைகள் வட்ட இலையடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இளமஞ்சள் நிறமான மலர்கள் தைரஸ் மஞ்சரியில் தண்டின் நுனியில் காணப்படும். ‘கார்செருலஸ்’ வகை கனிகள் புல்லிவட்டத்தால் பாதுகாப்பாக மூடப்பட்டிருக்கும். விதைகள் ஈரமான நிலையில் பசைப்பொருள் கொண்டவை.*

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *மஞ்சரி மற்றும் இலையில் நறுமண எண்ணெய் உள்ளது. நறுமண எண்ணெயில்* Methylcinnamate *எனும் வேதிப்பொருளும்,* Cineole, Eugenol, Sesquiterpenes *எனும் டெர்பீனாய்டுகளும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *வெப்பமுண்டாக்கி, கோழையகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கப நோய்கள், வாந்தி, காய்ச்சலால் ஏற்படும் ரத்த வாந்தி, பிரசவ வேதனை, காது நோய்கள், மூக்கு நோய்கள், படைகள், தலைவலி, கட்டிகள் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. திருநீற்றுப்பச்சிலைச் சாறைத் தடவ படைகள் மறையும்.

2. திருநீற்றுப்பச்சிலையை தினமும் முகர்ந்து வர தூக்கமின்மை, இருதய நடுக்கம், தலைவலி முதலியன மட்டுப்படும்.

3. திருநீற்றுப் பச்சிலையை பிழிந்து சாறு எடுத்து சில துளிகள் காதில்விட காதுவலி, காது மந்தம் குணமாகும்.

4. திருநீற்றுப் பச்சிலை விதை 5 கிராம் எடுத்து 100 மி.லி. நீரிலிட்டு 2–3 மணி நேரம் ஊறவைத்துக் கொடுக்க சிறுநீர் எரிச்சல், ரத்தப் போக்கு, வயிற்றுக் கடுப்பு, வெட்டை நோய் முதலியன நீங்கும்.

5. திருநீற்றுப் பச்சிலையை நிழலில் உலர்த்திப் பொடி செய்து மூக்கில் உறிஞ்ச உள்ளிருக்கும் புழுக்கள் வெளிப்படும்.

6. திருநீற்றுப் பச்சிலையை வாயில் போட்டு மென்றுவர வாய்ப்புண் தீரும்.

7. திருநீற்றுப் பச்சிலைச் சாறுடன் சம அளவு தேன் கலந்து 25 மி.லி. வீதம் சாப்பிட்டு வர வயிற்றுவலி, மார்பு வலி, மேல் மூச்சு வாங்குதல், வயிற்று வாய்வு, இருமல் குணமாகும்.

8. திருநீற்றுப் பச்சிலையை நீர் விட்டரைத்துப் பூச கட்டிகள் மறையும்.



85. துத்தி



வேறு பெயர்கள்: *கக்கடி, கிக்கசி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Abutilon Indicum. **குடும்பப் பெயர்:** Malvaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: The Country Mallow. **தெலுங்கு:** Tuttura Benda. **சமஸ்கிருதம்:** Kanka-tika. **மலையாளம்:** Thuththi. **ஹிந்தி:** Kanghi. **கன்னடம்:** Navene-akke.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தாவரம் முழுவதும் விண்மீன் போன்ற மென்மையான ரோமங்கள் உண்டு. இவை நம் உடலில் பட்டால் அரிக்கும். இதய வடிவ தனி இலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். இலைக் கோணத்தில் தனிமலர்கள் இளம் மஞ்சள் நிறத்தில் பூத்திருக்கும். மாலை நேரம் பூக்கக் கூடியவை. தோடு வடிவமான காய்களைக் காணலாம்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பூ, வேர், பட்டை.* **சுவை :** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலைகள் மற்றும் வேரில்* Asparagin *என்ற வேதிப்பொருள் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *மலமிளக்கி, உள்ளழலாற்றி, சிறுநீர்ப்பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது மூலம், ஆசனவாய் எரிச்சல், பௌத்திரம், உட்சூடு, கட்டி, புண், நீரிழிவு, ஆண்மைக் குறைவு, மலச்சிக்கல், நீர்க்கட்டு, அசதி, வாந்தி போன்றவற்றை குணப்படுத்தும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. துத்தியிலையை விளக்கெண்ணெயில் வதக்கி, ஒத்தடம் கொடுத்து பின் கட்ட மூலம், மூலத்தில் உண்டாகும் கட்டிகள், புண்கள் நீங்கும்.

2. துத்திப் பூவை நிழலில் உலர்த்தி, பொடி செய்து பாலும் கற்கண்டும் சேர்த்துண்ண இரத்த வாந்தி, உடற்சூடு, ஆண்மைக் குறைவு, இருமல் முதலியன தீரும்.

3. துத்தியிலை அல்லது வேரின் குடிநீரால் வாய் கொப்பளிக்க பல் ஈறுகளில் உண்டாகும் நோய்கள் குணமாகும்.

4. துத்தி விதையைக் குடிநீர் செய்து கொடுக்க வெள்ளை, மூலம் நீங்கும்.

5. துத்தியிலையை அரைத்து கட்டிகளின் மேல் வைத்துக் கட்ட, கட்டிகள் பழுத்து உடையும்.

6. துத்தி விதையை பொடி செய்து அத்துடன் கற்கண்டுப் பொடி, தேன் கலந்து கொடுக்க தோலில் உண்டாகும் வெண் புள்ளி, கரும்புள்ளி, உட்சூடு முதலியன நீங்கும்.

7. துத்தியிலையை கொதிக்கும் நீரில் போட்டு வேக வைத்து அந்நீரைக் கொண்டு ஒத்தடம் கொடுக்க வலிகள் தீரும்.

8. துத்தியிலைக் குடிநீர் மலச்சிக்கலைப் போக்கும்.



86. தும்பை



வேறு பெயர்கள்: *தும்பைப் பூச்செடி, சிறு தும்பை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Leucas Aspera (Old Name: Leucas Indica). **குடும்பப் பெயர்:** Lamiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Toombay Flower Plant. **தெலுங்கு:** Tummi. **சமஸ்கிருதம்:** Drona Pushpi. **மலையாளம்:** Thumba. **ஹிந்தி:** Guma madhupati. **கன்னடம்:** Thumba.

பூ



வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *பற்களைப் போன்ற முனைகள் உடைய விளிம்புடன் காணப்படும். நீளமான அகலம் குறைந்த தனி இலைகள் வட்ட இலையடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். 'வெர்ட்டிஸிலாஸ்டர்' மஞ்சரியில் வெள்ளை நிற சிறு பூக்கள் தேன் சத்து நிறைந்து காணப்படும். 'கார்செருலஸ்' எனப்படும் கனி காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ.* **சுவை :** *இனிப்பு, கார்ப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் பூவில் நறுமண எண்ணெய் மற்றும் ஆல்கலாய்டும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, ருதுஉண்டாக்கி, மலகாரி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கோழையை அகற்றி உடலுக்கு பலந்தரும். விஷக்கடி, தலைவலி, வாத, கப நோய்கள், மலச்சிக்கல் முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பாம்பு கடித்தவருக்கு தும்பையிலை அல்லது தும்பைப் பூவின் சாறு சில துளிகள் மூக்கில் விட்டால் மயக்கத்தைப் போக்கும். பின் 30 மி.லி. இலைச்சாறை உள்ளுக்குக் கொடுக்க ஓரிரு முறை பேதியாகும். கபத்துடன் வாந்தியாகும். குளிர்ந்த உடல் சூடாகும். புதுப்பானையில் பச்சரிசி, பாசிப்பயிறு கொண்டு பொங்கலிட்டு உப்பைத் தவிர்த்து 3 நாட்கள் உண்ண வேண்டும். கடிபட்ட அன்று மட்டும் உறங்கக் கூடாது.

2. தினமும் தும்பைப் பூவின் சாறு 5 - 10 துளிகள் கொடுத்துவர நீர்க்கோவை, இருமல், கோழை, சளி நீங்கும்.

3. தும்பையிலைச் சாற்றுடன் உப்பைக் கரைத்துப் பூச சொறி சிரங்கு மற்றும் தோல் நோய்கள் தீரும்.

4. தும்பையிலைச்சாறு 2 மி.லி யை தேனில் கலந்து உள் ளுக்குக் கொடுத்து, தேள் கொட்டிய இடத்தில் இலையை அரைத்துக்கட்ட தேள் விஷம் இறங்கும். எரிச்சலும் நீங்கும்.

5. தும்பையிலை, உத்தாமணி இலை சம அளவு கரைத்து 5 கிராம் வீதம் பாலுடன் சாப்பிட்டு காரம், புளி, உப்பு நீக்கிட தாமதித்த மாதவிடாய், உதிரம் சிக்கல் குணமாகும்.

6. தும்பைப் பூவை நல்லெண்ணெயில் காய்ச்சி தலை முழுகிவர தலைப்பாரம், ஒற்றைத் தலைவலி, மூக்கடைப்பு, நீரேற்றம் தீரும்.

7. தும்பைப் பூவின் சாறு சில துளிகளை மூக்கிலிட தீராத தலைவலி குணமாகும். கண்களிலிட கண்ணில் விழும் பூ, கண் நோய் தீரும்.

8. தும்பைப் பூவை தாய்ப்பாலில் அரைத்துக் கொடுக்க ஜன்னி, நீர் வேட்கை, கண் நோய்கள் குணமாகும்.



87. துளசி



வேறு பெயர்கள்: *அரி, துளவு, துழாய், துளவம், ராமதுளசி, கிருஷ்ண துளசி, திருத்துழாய், குல்லை, விருந்தம், வனம், மாலலங்கல்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Ocimum Sanctum. **குடும்பப் பெயர்:** Lamiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Holy Basil. **தெலுங்கு:** Thulasi. **சமஸ்கிருதம்:** Thulasi. **மலையாளம்:** Thulasi. **ஹிந்தி:** Thulasi. **கன்னடம்:** Thulasi.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *சிறிய தனி இலைகள், பற்கள் போன்ற விளிம்புடன் எதிரிலை குறுக்கு மறுக்கு அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். பழுப்பு அல்லது சிவப்பு நிற சிறு பூக்கள் 'தைரஸ்' மஞ்சரியில் காணப்படும். நான்கு சிறு கொட்டை கனிகள் நிலைத்த புல்லிவட்டத்தால்*

பாதுகாப்பாக மூடப்பட்டிருக்கும். விதைகள் மஞ்சள் அல்லது சிவப்பு நிறத்தில் காணப்படும்.

பயன்படும் பகுதி : *இலை, விதை. சுவை: கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலையில் உள்ள நறுமண எண்ணெயில்* Eugenol, Carvacrol, Methyl Eugenol, Caryophyllene *ஆகிய வேதிப்பொருட்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, வியர்வை பெருக்கி, வெப்பமுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இது கோழையை நீக்கி, உடலுக்கு வெப்பத்தை அளிக்கும். வியர்வையைப் பெருக்கும். வெறிநோய், பீனிசம், ஜுரம், நீர் வேட்கை, மாந்தம், சுவையின்மை, இருமல், கட்டிகள், இரைப்பு, சளி, வெள்ளை, விஷம் முதலியன நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. துளசியிலையை உலர்த்திப் பொடி செய்து நசியமிட (மூக்குப் பொடி போல உபயோகித்தால்) பீனிசம் நீங்கி, கிருமிகள் வெளிப்படும்.

2. துளசியிலைகளை பிட்டவியலாக அவித்துப் பிழிந்த சாறு 5-10 மி.லி வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர அஜீரணம் நீங்கும். தாய்ப்பால் பெருகும். சளி, இருமல் நீங்கும். கல்லீரல், இதயம் போன்ற உள் உறுப்புகள் பலப்படும்.

3. துளசி விதையைக் குளிர்ந்த நீரில் அரைத்து உண்டுவர மண்குத்தி நோய் எனப்படும் பிரசவத்திற்குப் பின்

அடிவயிற்றில் உண்டாகும் குத்தலையும், குத்திருமல், வெள்ளை முதலியன குணமாகும்.

4. துளசியிலைச்சாறு 2 - 4 மி.லி. வீதம் தினமும் காலை, மாலை பருகி வர அஸ்திசுரம், வயிற்றுளைவு, இருமல், அரோசிகம், மாந்தம், கபம் போன்றவை நீங்கும்.

5. துளசியிலைகளை நீரிலிட்டுக் காய்ச்சி ஆவிபிடித்தாலும் அல்லது தலையில் ஊற்றிக் குளித்தாலும் அனைத்து வித கப நோய்கள் தீரும்.

6. துளசியிலைகளை பாலிலிட்டுக் காய்ச்சிக் கொடுக்க பாலில் உள்ள தோஷம் விலகும். கப நோய்களை நீக்கி ஆண்மையைப் பெருக்கும்.

7. 25 கிராம் துளசியிலையை நசித்து 500 மி.லி நீரிட்டு 250 மி.லி யாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 10 கிராம் கற்கண்டு, 5 மி.லி தேன்கலந்து தினமும் 3 வேளைகள் குடிக்க காய்ச்சல், காச நோய் (T.B.), மார்பு நோய் குணமாகும்.

8. துளசி விதையை பொடி செய்து 2 கிராம் வீதம் தாம்பூலத்துடன் கொடுக்க நீர்த்துப்போன விந்து கெட்டிப்படும்.

9. துளசியிலைச்சாறு 2 மி.லி, வெந்நீர் 5 மி.லி, தேன் 5 மி.லி கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் வீதம் 30-40 நாட்கள் கொடுத்து வர இருதய நோய்கள் குணமாகும்.

10. துளசி இலை 15 கிராம், இஞ்சி 15 கிராம், தாமரை வேர் 30 கிராம் இவற்றை அரைத்துக் கொதிக்க வைத்து இளஞ்சூடுடன் பற்றிட தோள்பட்டை வலி நீங்கும்.

11. துளசியிலைச்சாறுடன் சமஅளவு கரிசாலைச் சாறு கலந்து சில துளிகள் காதில் விட காதுவலி, இரத்தம் மற்றும் சீழ் வடிதல் தீரும்.

12. துளசிப்பூ, வசம்பு, திப்பிலி சம அளவு கலந்து பொடி செய்து 2 கிராம் வீதம் தேனில் கலந்து உண்ண கக்குவான் இருமல் குணமாகும்.



88. தூதுவளை



வேறு பெயர்கள்: *தூதுவேளை, தூதுளை, தூதுளம், அளர்க்கம், சிங்கவல்லி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Solanum Trilobatum. **குடும்பப் பெயர்:** Solanaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Prickly Shoonday. **தெலுங்கு:** Mullamusti. **சமஸ்கிருதம்:** Alarka. **மலையாளம்:** Mulkaththari.


இலை


பூ


பழம்

வளரியல்பு: *ஏறு கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தண்டு மற்றும் இலையில் முட்கள் உண்டு. தனி இலைகள் பிளவுபட்ட விளிம்புகளைக் கொண்டு*

மாற்றிலையடுக்கத்தில் காணப்படும். கிளையுடன் இலைகள் ஒட்டி வளர்ந்ததால் ஒரு கணுவில் இரண்டு சமமற்ற இலைகள் காணப்படும். அத்துடன் இலைகள் மலர்ப்பகுதிக்கு எதிரடுக்கத்தில் அமைந்தது போல காணப்படும். இதற்கு மாற்று உறுப்பு ஒட்டி வளர்தல் என்று பெயர். கணு இடைப்பகுதியில் ஊதா நிறத்தில் ‘சைமோஸ்’ மஞ்சரியில் மலர்கள் காணப்படும். சிவப்பு நிற பெர்ரிவகை கனி உருண்டையாக காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பூ, காய். சுவை: சிறு கைப்பு, கார்ப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இலையில்* Solanine *எனும் ஆல்கலாய்டு உள்ளது.* **செய்கைகள்:** *வெப்பமுண்டாக்கி, கோழையகற்றி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கோழையை நீக்கி உடலிற்கு பலம் தரும். உடலிற்கு வெப்பத்தைத் தரும். அஜீரணம், மலச்சிக்கல், ஆண்மைக் குறைவு, இருமல், பெருவயிறு, உடல்வலி, குடல்வாதம் மற்றும் கப நோய்கள் நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. தூதுவளை இலையை தினமும் கறியாகவோ அல்லது உலர்த்திப் பொடி செய்து நீர் அல்லது தேனுடனோ உண்டுவர கபநோய்கள் யாவும் குணமாகும்.

2. ஆஸ்துமா, மூச்சுத்திணறல் போன்றவற்றிற்கு தூதுவளை பழத்தை உலர்த்திப் பொடி செய்து புகை பிடிக்க சளி கரைந்து சுவாசம் எளிதாகும்.

---

* பூக்களின் கொத்து அமைப்பைப் பொருத்து, ஆங்கில தாவரவியல் பெயர்.

3. தூதுவளை இலையை குடிநீர் செய்து தினமும் காலை, மாலை கொடுத்துவர கபம், இரைப்பு, இருமல், அஜீரணம் நீங்கும்.

4. தூதுவளை இலைச்சாறு, சமஅளவு நெய்யுடன் கலந்து காய்ச்சி தினமும் 2 வேளைகள் குடித்துவர மார்புச்சளி, எலும்புருக்கிக் காசம், உடல்வலி தீரும்.

5. தினமும் 10 தூதுவளைப் பூவை பாலில் காய்ச்சி, சர்க்கரை அல்லது தேன் கலந்து 40 நாட்கள் சாப்பிட்டுவர உடல் பலம் பெறும். முகம் அழகு பெறும்.

6. தூதுவளை இலை, விஷ்ணு கிரந்தி, கண்டங்கத்திரி, பற்படாகம் வகைக்கு 20 கிராம் எடுத்து 1 லிட்டர் நீரில் இட்டு, 150 மி.லி யாகக் காய்ச்சி தினமும் 5 முதல் 8 முறைகள் 10 மி.லி வீதம் குடித்துவர நிமோனியா எனப்படும் கபவாத ஜுரம், டைஃபாய்டு எனப்படும் ஜன்னிவாத ஜுரம் குணமாகும்.

7. தூதுவளைக் காயை வற்றலாகச் செய்து கொடுத்துவர இதய பலவீனம், பைத்தியம், மலச்சிக்கல் நீங்கும்.

8. தூதுவளை இலையை நெய்யிட்டு வதக்கி துவைய லாகவோ அல்லது குழம்பாகவோ உண்டுவர கபக்கட்டு நீங்கி உடலுக்கு பலமும் அறிவுத் தெளிவும் கிடைக்கும்.



89. தென்னை

வேறு பெயர்கள்: *தெங்கு, தென்னம் பிள்ளை, புல்மரம், தாழை, பூலோக கற்பக விருட்சம், நாளி கேரம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cocos Nusifera. **குடும்பப் பெயர்:** Arecaceae.



ஆங்கிலப் பெயர்: Coconut Tree. **தெலுங்கு:** Tenkayi. **சமஸ்கிருதம்:** Narikela. **மலையாளம்:** Thenna. **ஹிந்தி:** Nariyal. **கன்னடம்:** Tengina.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்:** *இத்தாவரம் பருத்து கிளைகளற்று, நீண்டு வளர்ந்த தண்டினைக் கொண்ட மரம். தண்டின் நுனியில் பல இலைகள் தொகுதியாகக் காணப்படும். சிறகுவடிவக் கூட்டிலைகள் கொண்டது. கிளைத் தலையுடைய கூட்டு 'ஸ்பெடிக்ஸ்' மஞ்சரியில் காம்பற்ற சிறு மலர்கள் தோன்றும். இதனை ஸ்பெத் எனும் உறுதியான மடல் பாதுகாப்பாக மூடும். 'ட்ரூப்' வகை கனி காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம் (இலை, குருத்து, பூ, பாளை, காய், வேர்கள், சிரட்டை)*

பாளை: *வேர். காய்.* **சுவை:** *துவர்ப்பு. இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம். தட்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு. இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *தேங்காய்ப் பாலில்* Arginine, Alanine, Lysine, Histidine, Tyrosine *ஆகிய அமினோ அமிலங்களும் இதன் கொழுப்பு எண்ணெயில்* Lauric Acid, Myristic Acid *முதலிய அமிலங்களும் உள்ளன. தவிர தாவிர ஸ்டீராலும் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, சிறுநீர்பெருக்கி, உடலுரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *அஜீரணம், நீர்க்கட்டு, மலச்சிக்கலை நீக்கி உடலிற்கு பலம் தரும். வெள்ளை, வெட்டை, பெரும்பாடு, உட்காய்ச்சல், கழிச்சல், விரைவீக்கம், நீரிழிவு, முடிஉதிர்தல் முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. முற்றிய தேங்காயைத் துருவி விளக்கெண்ணெயிலிட்டு வதக்கி இளஞ்சூட்டில் இரவுதோறும் கட்டிவர விரைவீக்கம் கரையும்.

2. இளநீர் உடல் வெப்பத்தை நீக்கி, குளிர்ச்சியைத் தரும். செவ்விளநீர் நீரெரிச்சல், நீர்க்கடுப்பு, உட்சூடு நீங்கும்.

3. இளம் தேங்காயின் மட்டையை இடித்துப் பிழிந்த சாறை 100 மி.லி வீதம் காலையில் பருகிவர நீர்ச்சுருக்கு, அதிமூத்திரம், வயிற்றுக் கடுப்பு, நீரிழிவு, மூலரணம் தீரும்.

4. வெடிக்காத தேங்காய்ப் பாளையில் உள்ள பிஞ்சுகளை பசும்பாலில் அரைத்து 20 கிராம் அளவு காய்ச்சிய பாலில் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் உண்டுவர நீர்த்துப்போன தாது கெட்டிப்படும். நரம்புத்தளர்ச்சி, விரைவீக்கம், மலச்சிக்கல் முதலியன குணமாகும்.

5. தேங்காய்ப் பாலை வாய் கொப்பளித்தும், குடித்தும் வர உதட்டுப்புண், நாக்குப்புண், உள்வாய்ப் புண், தொண்டைப் புண், வயிற்றுப் புண் நீங்கும். உப்பு, புளி, காரம் தவிர்க்க வேண்டும்.

6. தென்னம்பூவை வதக்கி மார்பில் கட்டி வர தாய்ப்பால் சுரப்பு நிற்கும்.

7. தென்னம்பூ 25 கிராம் வாயிலிட்டு மென்று தின்ன வெள்ளை, வெட்டை, இரத்த வாந்தி, அரையாப்பு, கட்டி, சிலந்தி, உட்சூடு, மேகநோய் தீரும்.



90. தேற்றான்



பழம் விதை





வேறு பெயர்கள்: *தேத்தான், தேற்று, தேத்தி, தேத்தியன், இல்லம், கதகம், சில்லம், தேறு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Strychnos Potatorum. **குடும்பப் பெயர்:** Loganiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Clearing Nut Tree. **தெலுங்கு:** Chilla-Chettu. **சமஸ்கிருதம்:** Kataka. **மலையாளம்:** Tetta-maran. **ஹிந்தி:** Nirmali. **கன்னடம்:** Chali-mara.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *வங்காளம், தென்னிந்தியாவில் மலைப்பகுதிகளில் இலையுதிர் காடுகளில் வளர்கின்ற மரம். இதன் பழங்கள் பார்வைக்கு மிக அழகாக இருக்கும். இதன் உள்ளே இருக்கும் விதைகள் நெடுக்கில் அமையப்பெற்றதாக, அழுக்கு கலந்த வெண்மை நிறத்தில் காணப்படும். இவ்விதைகள்தான் தேற்றான் கொட்டை. இதுதான் மருத்துவப் பயன் உடையது.*

பயன்படும் பகுதி : *பழம், விதை.* **சுவை :** *கைப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *தேற்றான் கொட்டையில்* Brucine *என்ற ஆல்கலாய்டு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *உடல் தேற்றி, உள்ளழலாற்றி, பசித்தீத் தூண்டி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *அஜீரணத்தைப் போக்கி உடலை உரமாக்கும். உட்சூடு, கோழை, நீக்கி உடலைத் தேற்றும். சீதபேதி, ஆண்மைக் குறைவு, மூலம், பெரும்பாடு நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. தேத்தான் கொட்டையை உலர்த்திப் பொடி செய்து, தினமும் 2 வேளைகள் நீருடன் கலந்து பருக இரைப்பு, இருமல், வாத, பித்த, கப நோய்கள் நீங்கும். ஆனால் வாந்தியையும், கழிச்சலையும் உண்டாக்கும்.

2. தேற்றான் விதையைப் பொடி செய்து 3 கிராம் வீதம் காலை, மாலை தேனுடன் உட்கொள்ள வயிற்றுக்கடுப்பு, உட்சூடு, சிறுநீர் எரிச்சல், வெள்ளை, வெட்டை, புண், அதிக பசி, கண்நோய்கள் குணமாகும். ஆனால் மந்தம் உண்டாகும்.

3. தேற்றான் பழத்தின் பொடியை 3 கிராம் வீதம் கொடுத்துவர சீதக்கழிச்சல் நீங்கும்.

4. தேற்றான் விதையைப் பொடி செய்து பாலுடன் கலந்து கொடுத்துவர நீரிழிவு, ஆண்மைக்குறைவு, வெட்டை, நீர்ச்சுருக்கு குணமாகும்.

5. தேற்றான் விதைப் பொடியுடன் கற்பூரம் சேர்த்து தேன்

விட்டு அரைத்து மெழுகு பதத்தில் கண்ணில் இட, கண் பீளை, நீர்வடிதல், எரிச்சல் நீங்கும்.

6. தேற்றான் விதைப் பொடியை இந்துப்புடன் அரைத்து கண்ணிலிட கண் சிவத்தல் மாறும்.

7. தேற்றான் பொடியை தேனில் கலந்து கட்டிகளின் மேல் பூசி வர கட்டிகள் விரைவில் பழுத்து உடையும்.

8. தேற்றான் பொடியை நீரில் கலந்து காலை, மாலை கொடுத்துவர மார்புச்சளி, கோழைக்கட்டு மற்றும் கப நோய்கள் தீரும்.

9. தேற்றான் விதை, கடுக்காய், ஆவாரை, விளாம் பிசின் சம அளவு கலந்து பசும் மோரில் கலந்து தினமும் 5 முறை பருகிவர நீரிழிவு நீங்கும்.



91. தொட்டாற்சிணுங்கி



வேறு பெயர்கள்: *தொட்டாற்சுணுங்கி, இலச்சகி, தொட்டாற் சுணங்கி, தொட்டால் வாடி, தொட்டாற் சுருங்கி, தொட்டால் வயிரி, சுண்டி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Mimosa Pudica. **குடும்பப் பெயர்:** Mimosaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Humple Plant. **தெலுங்கு:** Attapatti-Chettu. **சமஸ்கிருதம்:** Namaskari. **மலையாளம்:** Thindar-Mani. **ஹிந்தி:** Lajalu. **கன்னடம்:** Nachike-Gida.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தாவரம் முழுவதும் முள் வளரிகள் காணப்படும். இரட்டித்த சிறகுவடிவக் கூட்டிலைகள். இலைகளை யாராவது தொட்டால் வாடிவிடும் இயல்புடையதால் இப்பெயர் பெற்றது. இளஞ்சிவப்பு நிறமான மலர்கள் சிரமஞ்சரியில் அமையப் பெற்றிருக்கும். கனிகளின் விளிம்புகளில் முள் போன்ற சொரசொரப்பான உரோமங்கள் காணப்படும். 5 விதைகள் கனியில் உள்ளே தட்டையாகக் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, வேர். சுவை: இனிப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேரில்* Tannin *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *காமம் பெருக்கி, உடற்றேற்றி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலைத் தேற்றி உரமாக்கும். காமத்தைப் பெருக்கும் நீரிழிவு, மூலம், பௌத்திரம், மூத்திர நோய்கள் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. தொட்டாற்சிணுங்கி இலைச்சாற்றைப் பூச பௌத்திரம், புண் குணமாகும்.

2. தொட்டாற்சிணுங்கி இலைச்சாற்றை குதிரை மூத்திரத்துடன் அளவாகக் கலந்து கண்ணில் விட கண் படலம் நீங்கும்.

3. தொட்டாற்சிணுங்கி இலையையும், வேரையும் உலர்த்திப் பொடி செய்து 5 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர நீரழிவு தீரும்.

4. தொட்டாற்சிணுங்கி இலையை நீரில் காய்ச்சி ஒத்தடமிட இடுப்புவலி, குண்டிக்காய் வலி நீங்கும்.

5. தொட்டாற்சிணுங்கி வேரைக் கஷாயமாக்கி குடித்துவர மூத்திர நோய்கள் தீரும்.

6. தொட்டாற்சிணுங்கி இலையை மெழுகு போல அரைத்துக் கட்ட விரைவீக்கம், கை, கால், மூட்டு வீக்கம் தணியும்.



92. தைவேளை



வேறு பெயர்கள்: *அசகண்டர் பாலையம், விவிதம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Gynandropsis Gynandra. **குடும்பப் பெயர்:** Capparidaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Scaravallaseed. **தெலுங்கு:** Vaminta. **சமஸ்கிருதம்:** Markapushpika. **மலையாளம்:** Karvela. **ஹிந்தி:** Harhur.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *5 சிற்றிலைகளைக் கொண்ட கைவடிவக் கூட்டிலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். 'ரெசிம்' மஞ்சரியில் வெண்மையும் நீலமும் கலந்த பூக்கள் காணப்படும். இம்மலர்களில் அல்லிவட்டத்திற்கும், மகரந்தத்தாள் வட்டத்திற்கும் இடையேயும் மேலும்*

மகரந்தத்தாள் வட்டத்திற்கும் சூலகவட்டத்திற்கும் இடையேயும் பூத்தளம் நீண்டு காணப்படும். இந்த அமைப்புக்கு ஹைனேன்ட்ரோபோர் என்று பெயர். இது இத்தாவரத்தின் சிறப்பு அம்சம் ஆகும். சிலிகுவா வெடிகனி உடையது.

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம்.* **சுவை** : *கார்ப்பு.* **தன்மை** : *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இச்செடியில் நாக்கில் அரிக்கின்ற கார்ப்பு சுவையுடைய நறுமண எண்ணெய் உள்ளது. இவ்வெண்ணெய் கடுகு எண்ணெயின் குணங்களை ஒத்த குணமுடையது.*

செய்கைகள்: *புழுக்கொல்லி, இசிவகற்றி, வியர்வைபெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இச்செடியினால் தலைநோய், வளிநோய், குடைச்சல், வயிற்றுப்புழு, பீனிசம் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. இதன் சமூலத்தை இடித்து சாறு எடுத்து அதனை பசுவின் பாலும், சர்க்கரையும் கலந்து உட்கொண்டுவர, இரத்த பீனிசம் குணமாகும்.

2. இதன் வேரை இடித்து 2 டம்ளர் தண்ணீர் விட்டு 1 டம்ளராக குறுக்கி அதனை 60 மி.லி அளவு காலை, மாலை இருவேளைகள் கொடுக்க சுரம் குணமாகும்.

3. இதன் இலைச்சாற்றில் 1-2 துளிகள் காதில் விட காதில் சீழ்வடிதல் நிற்கும்.

4. இதன் பூவை நெய்யிலிட்டு வதக்கி துவையல் செய்து சோற்றுடன் கலந்துண்ண வாதநோய்கள் குணமாகும்.

5. இதன் விதையை தூள் செய்து 2 - 3 கிராம் அளவு சர்க்கரையுடன் சேர்த்து 2 வேளை 2 நாட்களுக்கு சாப்பிட்டு பின் மூன்றாம் நாள் காலை ஆமணக்கு எண்ணெய் 3 மி.லி அளவு குடிக்க வயிற்றிலுள்ள அனைத்து பூச்சி, புழுக்களும் செத்து வெளியேறிவிடும்.

6. இதன் இலைகளை அரைத்து புண்களின் மீது போட புண்ணில் சீழ் பிடிக்காது, இதனை தேள்கடித்த இடம் அல்லது பாம்பு கடித்த இடத்திலும் போடலாம்.



93. நத்தைச் சூரி



வேறு பெயர்கள்: *குழி மீட்டான், தாருணி, கடுகம், சூரி, நத்தைச் சுண்டி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Spermacose Hispida. **குடும்பப் பெயர்:** Rubiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Shaggy Button Weed. **தெலுங்கு:** Madana-Chettu. **சமஸ்கிருதம்:** Madan Ghanta. **மலையாளம்:** Thartavel. **ஹிந்தி:** Madana Ghabti.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள் எதிரிலைக் குறுக்கு மறுக்கு அடுக்கத்தில் காணப்படும். தண்டின் கணுக்களில் காம்பற்ற ரோஜா நிறமுடைய சிறு மலர்கள் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *விதை, வேர்.* *சுவை:* *இனிப்பு, துவர்ப்பு.* *தன்மை: தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் விதை மற்றும் வேரில்* Tannin *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *உடற்றேற்றி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலைத் தேற்றி உரமாக்கும், உட்சூட்டைத் தணித்து குளிர்ச்சியுண்டாக்கும். பெருங்கழிச்சல், சீத பேதி, காய்ச்சல், வாத, பித்த, கப நோய்கள் நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நத்தைச்சூரி விதையை வறுத்துப் பொடி செய்து நீரிலிட்டுக் காய்ச்சி வடித்து பால், கற்கண்டு சேர்த்து தினமும் 2 வேளைகள் அருந்திவர உடல் சூடு தணியும். வெள்ளை, வெட்டை, சதையடிப்பு, கல்லடைப்பு நீங்கும்.

2. இலையை அரைத்துக்கட்ட வீக்கம், கட்டி போன்றவைகள் கரையும்.

3. வேரை பசுமையாக அரைத்து பசும்பால் கலந்து தினமும் காலை, மாலை பருகிவர உடல் வலுக்கும். ஆண்மை பெருகும். கழிச்சல், இரத்தப் போக்கு, இரத்த மூலம் குணமாகும்.

4. 25 கிராம் வேரைச் சிதைத்து 250 மி.லி. கொதி நீரில் போட்டு 2 மணி நேரம் ஊறியதும் வடித்து 60 மி.லி. வீதம் தினம் 2 - 3 வேளைகள் குடித்துவர உடம்பில் தோன்றிய அனைத்து நோய்களும் படிப்படியாகக் குறையும்.

5. 10 கிராம் வேரை பசும்பாலில் அரைத்துக் கலக்கி

வடிகட்டி தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர தாய்ப்பால் பெருகும்.

6. இதன் வேர், நாயுருவி வேர், வன்னி வேர், உத்தாமணி வேர், தூதுவளை வேர், விளா வேர், பாகல் வேர், துத்தி வேர், வேப்பமரப் பட்டை, கடுக்காய், மிளகு, வெள்ளுள்ளி, வசம்பு, திப்பிலி, குப்பைமேனி இவற்றை சம எடை எடுத்து கல்வத்தில் அரைத்து, நல்லெண் ணெயில் காய்ச்சி, உள்ளுக்குக் கொடுத்தும், மேலுக்குப் பூசியும் வர காய்ச்சல் மற்றும் வாத, பித்த, கப நோய்கள் யாவும் தீரும்.



94. நன்னாரி



வேர்



வேறு பெயர்கள்: *அங்காரி மூரி, நறுநெட்டி, பாதாள மூலி, கோபாகு, பாற்கொடி, நீறுண்டி, கானனுசாரி, கிருஷ்ணவல்லி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Hemidesmus Indicus. **குடும்பப் பெயர்:** Asclepiadaceae.

வேறு மொழிப் பெயர்கள்:

ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Sarsaparilla. **தெலுங்கு:** Sugandhi. **சமஸ்கிருதம்:** Sariba. **மலையாளம்:** Nannari. **ஹிந்தி:** Magrabu. **கன்னடம்:** Sugandha-Palada.

வளரியல்பு: *ஏறு கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *நீளமான, அகலத்தில் குறுகிய தனி இலைகள் எதிரிலை குறுக்கு மறுக்கு அடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். மலர்கள் மஞ்சள் அல்லது கருஞ்சிவப்பு நிறமானவை. வேர்கள் நறுமணமுடையவை. செடியின் சாறு பால் போல் இருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி : *வேர்.* **சுவை :** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேரில்* Coumarin *என்ற நறுமண எண்ணெயும்*, Stearoptene, Hemidesmine *போன்ற வேதிப்பொருட்களும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *சிறுநீர்ப் பெருக்கி, உள்ளழலாற்றி, உடற்றேற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சிறுநீர், வியர்வையைப் பெருக்கும். உடலைத் தேற்றி பலம் தரும். உட்சூடு, நீர்வேட்கை, நீரிழிவு, ஆண்மைக் குறைவு, கிரந்தி, தலை நீரேற்றம், வண்டுக்கடி முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நன்னாரி பச்சை வேர் 20 கிராம் சிதைத்து 200 மி.லி நீரில் 1 நாள் ஊற வைத்து வடிகட்டி 100 மி.லி வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் பருகிவர நீரிழிவு, உட்சூடு, நீர் வேட்கை, தோல்நோய்கள், அஜீரணம், நாட்பட்ட வாதம், சிறு நஞ்சு, அதிக பசி முதலியன குணமாகும்.

2. நன்னாரிக் கஷாயத்தை தினமும் 2 வேளைகள் பருகிவர ஆண்மை பெருகும்.

3. நன்னாரிக் கஷாயத்துடன் பசும்பால் கலந்து கொடுத்து

வர கல்லடைப்பு, நீரடைப்பு, நீர்ச்சுருக்கு, வெள்ளை நோய் தீரும். ‘AIDS’ நோய் குணமாவதாக சமீபத்தில் கண்டறியப்பட்டுள்ளது.

4. மேற்படி கஷாயத்துடன் சீரகத்தூள் கலந்து பருக பித்தத்தினால் உண்டாகும் வாய்க்கசப்பு, நீர்க்கட்டு, அஜீரணம், இருமல், அஜீரண பேதி, வெட்டை நோய் நீங்கும்.

5. நன்னாரி வேரின் ரசத்தை வடிகட்டி கண்ணில்விட கண் எரிச்சல் நீங்கி கண் குளிர்ச்சி பெறும்.

6. நன்னாரி, வசம்பு, கருநெய்தல், அதிமதுரம், கோஷ்டம் சம அளவு எடுத்து காடி விட்டு அரைத்து எண்ணெயுடன் கலந்து பூச ஒற்றைத் தலைவலி தீரும்.

7. மேற்படி கலவையை கற்றாழைச் சோற்றுடன் சேர்த்துண்ண வண்டுக்கடி விஷம் குணமாகும்.



95. நந்தியா வட்டம்



வேறு பெயர்கள்: நந்திபத்திரி, நந்தியாவர்த்தம், பட்டிடை, வலம்புரி, சுயோதனன் மாலை. **தாவரவியல் பெயர்:** Tabernaemontana Divaricata. **குடும்பப் பெயர்:** Apocyanaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: East Indian Rose - Bay. **தெலுங்கு:** Nandivardhanamu.

சமஸ்கிருதம்: Nandivraksha. **மலையாளம்:** Nandiyavertam. **ஹிந்தி:** Chandni.

வளரியல்பு: *பெருஞ் செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இதன் இலைகள் எதிரடுக்கில் அமைந்தவை. பளபளப்பானவை, ஈட்டி போன்ற அமைப்புடையவை. மலர்கள் வெண்ணிற மானவை. மலர்கள் 5 இதழ் களுடன் தட்டுபோன்று விரிந்து, திருகு இதழ் வடிவ முடன் கிளையின் நுனியில் சைமோஸ் மஞ்சரியில் காணப்படும். அடுக்கிதழ் மலர்கள் மருத்துவத்தில் பயன்படாது. 5 இதழ் மலர்கள்தான் பயன்படும். இச்செடியில் பால் உண்டு.*

பயன்படும் பகுதி : *பால், பூ, வேர்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதனுடைய வேர் மற்றும் தண்டுப்பட்டைகளில்* Tabernae Montanine, Coronarine *ஆகிய ஆல்கலாய்டுகள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *புழுக்கொல்லி, புண்கள் ஆற்றும்.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இதனால் கண் காசம், படலம், கரும்பாவை, மண்டைக் குத்தல் ஆகியவை போகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. இதன் பூ இதழ்களிலிருந்து சாறு எடுத்து, சம அளவு தாய்ப்பாலுடன் கலந்து 2 துளிகள் கண்ணில் விட கண்களில் உண்டாகும் சிவப்பு குணமாகும்.

2. பூவினால் கண்களில் ஒற்றடமிட கண் எரிச்சல் குணமாகும்.

3. இதன் வேர் ஒரு துண்டை வாயிலிட்டு 10 நிமிடங்கள் நன்கு மென்று பிறகு உமிழ்ந்துவிட பல்வலி குணமாகும்.

4. இதன் வேர் ஒரு துண்டை நன்கு இடித்து ஒரு டம்ளர் நீரில் போட்டு 1/2 டம்ளராக சுண்டக் காய்ச்சி இரவில் மட்டும் ஒரு வேளை குடிக்க வயிற்றுப் புழுக்கள் வெளியேறும்.

5. வெட்டுக்காயங்களில் இச்செடியின் பாலை பூச சீழ் பிடியாது. புண் எளிதில் ஆறும்.

6. இச்செடியின் பாலுடன் எண்ணெய் விட்டு நன்றாய்க் கலந்து நெற்றியில் தேய்க்க கண்வலி நீங்கும்.



96. நாயுருவி



வேறு பெயர்கள்: *அபமார்க்கி, காஞ்சரி, சனம், சிகிசிரம், கதிரி, சரமஞ்சரி, சிறுகடலாடி, நாய்குருவி, கிருஷ்ணபன்னி, செகரிகம், கேசரிகம், கொட்டாவி, நாயரஞ்சி, மாமுனி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Achyranthes Aspera. **குடும்பப் பெயர்:** Amaranthaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Prickly Chaff. **தெலுங்கு:** Uttareni. **சமஸ்கிருதம்:** Apamarga. **மலையாளம்:** Kadalad. **ஹிந்தி:** Chir-chir. **கன்னடம்:** Uttaranee.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *நீள்வட்ட வடிவமான தனி இலைகள் எதிரிலை அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். தண்டின் நுனி மற்றும் இலைக் கோணங்களிலும் ஸ்பைக் மஞ்சரியில் பச்சை நிற சிறு பூக்கள் காணப்படும். மஞ்சரி தண்டு நீளமானது. மெல்லிய கனியுறையுடைய யுட்ரிகல் என்ற வெடியாகனி காணப்படும். விதைகள் அவற்றைச் சூழ்ந்துள்ள சிறு முட்களுடன் எளிதில் ஒட்டிக்கொண்டு பரவும் தன்மை உடையவை.*

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம்.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் கனியில் Potash என்ற சத்து நிறைந்த Alkaline Ash உள்ளது.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, முறைவெப்பமகற்றி, சிறு நீர்ப்பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சதை நரம்புகளை சுருங்கச் செய்யும். சிறுநீர் நோய்கள், நீர்க்கோவை, வியர்வை, இரத்த மூலம், கண் நோய்கள், தோல் வியாதிகள் குணமாகும். நோயை நீக்கி உடலைத் தேற்றும். கழிச்சல், வெள்ளை, அதிக பசி, மலச்சிக்கல் நீங்கும். பல்வலி, காதுவலி தீரும். முகத்திற்கு அழகு தரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நாயுருவி பச்சை வேரால் பல் துலக்கி வர, பல் அழுக்குகள் நீங்கி அழகுபெறும்.

2. நாயுருவி விதைச்சூரணத்தை துத்திக்கீரை வதக்கலில்

கலந்து உணவுடன் உட்கொள்ள அனைத்து வகை மூல நோய்களும் விலகும்.

3. நாயுருவிச் செடியை குடிநீரிட்டு 20 முதல் 30 மி.லி. வீதம் கொடுத்துவர நீர்க்கட்டு, சிறு நீர் எரிச்சல் நீங்கி சிறுநீர் பெருகும்.

4. நாயுருவி இலையை நீர் விட்டரைத்துப் பூச சிறு நஞ்சுக்கடி தீரும்.

5. நாயுருவி இலைச்சாற்றை உடம்பில் பூசிவர படை, தேமல் நீங்கும்.

6. நாயுருவி வேர்ப் பொடியுடன் சிறிது மிளகுப் பொடியும், தேனும் கலந்து கொடுக்க இருமல், சளி குணமாகும்.

7. நாயுருவி இலையை மையாக அரைத்து நல்லெண்ணெயுடன் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் வீதம் 10 -15 நாட்கள் கொடுக்க இரத்த மூலம் தீரும்.

8. நாயுருவி இலையை அரைத்து வெல்லத்துடன் அல்லது மிளகு, பூண்டு சேர்த்தரைத்து கொடுக்க காய்ச்சல் குணமாகும்.

9. நாயுருவி விதையை அரிசி கழுவிய நீருடன் கலந்து கொடுக்க மூலம் தீரும்.

10. நாயுருவி இலையை புதிதாகப் பறித்து நன்கு கசக்கி சாறுடன் தேள் கடித்த இடத்தில் தேய்க்க விஷம் நீங்கும்.

11. நாயுருவிச் சாம்பல், மண்டூரப்பொடி, மிளகு சமஅளவு கலந்து 3 கிராம் வீதம் 2 வேளைகள் வீதம் கொடுத்துவர 8 வகையான குன்ம நோய்கள் குணமாகும்.

குறிப்பு: செந்நாயுருவி என்றொரு வகையும் உள்ளது. இதன் இலையும், தண்டும் சிவந்து காணப்படும். இது படருருக்கி என்றும் அழைக்கப்படும். நாயுருவியைவிட செந்நாயுருவி சிறந்ததாகும். எனினும் இது கிடைப்பது அரிதாகும்.



97. நாகதாளி



வேறு பெயர்கள்: *சப்பாத்திக் கள்ளி, சப்பாத்துக் கள்ளி, சப்பாத்திச் செடி, சப்பாத்து முள், மஞ்சள் நாகதாளி, நாகக் கள்ளி, பலகைக் கள்ளி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Opuntia Dillenll (Old Name: Opuntia Spinoussimy). **குடும்பப் பெயர்:** Cactaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: The Prickly Pear. **தெலுங்கு:** Nagadali. **சமஸ்கிருதம்:** Nagaphana. **மலையாளம்:** Elakkalli. **ஹிந்தி:** Nagphani. **கன்னடம்:** Nagadali.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இஃது நம்நாடு முழுவதும் தானாகவே வளருகிற செடி. இத்தாவரம் முழுவதும் மிகக் கூர்மையான முட்கள் உண்டு. நீள் வட்டவடிவமான இலை தொழில் தண்டுகள் உடையது. இது வறட்சியைத் தாங்கும் தாவரம். இதன் இலைத்*

தொழில் தண்டுகள் பச்சை நிறத்தில், நீர்ச்சத்து மற்றும் வழுவழுப்பான திரவம் அதிகம் பெற்று காணப்படும். இதன் பூ மஞ்சள் செந்நிறமாக இருக்கும். இதன் காய் செந்நிறம் பொருந்தியதாகக் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, பழம். சுவை: இனிப்பு. தன்மை: தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இத்தாவரத்தில்* Malate of Manganese, Fatty Acid, Resin, Wax, Citric Acid *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *குளிர்ச்சியுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *நஞ்சுகள், இரைப்பிருமல், உட்சூடு மற்றும் வாதத்தினால் உண்டாகும் நோய்களை குணப்படுத்தும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நாகதாளி இலையிலுள்ள முட்களை நீக்கிவிட்டு நன்கு சிதைத்து புண்களின் மீது வைத்துக் கட்ட புண்கள் ஆறும். இதையே கண்களை மூடி இமை மேல் வைத்துக் கட்ட கண் நோய்கள் குணமாகும்.

2. நாகதாளி பழத்தை வேகவைத்து சாறெடுத்து 5 மி.லி வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர இருமல், வெள்ளை நீங்கும். ஆனால் சிறு நீர் சற்று சிவப்பாகக் கழியும்.

3. நாகதாளி பழங்களைத் தொடர்ந்து உண்டுவர இரைப் பிருமல், கக்குவான், உட்சூடு முதலிய நோய்கள் நீங்கும்.

---

* அதாவது, இலைப்பகுதியே தண்டுகளாக மாற்றம் பெற்றுள்ளன.

98. நாய்வேளை



வேறு பெயர்கள்: *காட்டுக் கடுகு, நாய்க் கடுகு, பெருவேளை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cleome Viscosa. **குடும்பப் பெயர்:** Capparaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Forest Mustard. **தெலுங்கு:** Kukkaalu. **சமஸ்கிருதம்:** Vana-Sarahapa. **மலையாளம்:** Nayvela. **ஹிந்தி:** Jangli Hurhur. **கன்னடம்:** Hucha-Sasavi.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *இதன் தண்டு, இலைகளின் மீது அதிக உரோம வளரிகள் காணப்படும். 3 சிற்றிலைகளைக் கொண்ட கைவடிவ கூட்டிலை கள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். மஞ்சள் நிற மலர்கள் பூக்கொத்துகளாக இலைக் கோணங்களில் அமையப் பெற்றிருக்கும். சிலிகுவா என்ற இருபுறம் வெடிகனி உடையது. விதைகள் கருப்பாக இருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை, விதை, வேர்.* **சுவை :** *கார்ப்பு. தன்மை: வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் விதையில்* Viscocic Acid, Visicosin *ஆகிய வேதிப்பொருட்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *புழுக்கொல்லி, இசிவகற்றி, வியர்வைப் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *நுண்பூச்சிக் கொல்லியாகவும், குடல் வாயு அகற்றியாகவும் செயல்படுகிறது. இலை, நாடி நடையைச் சமன்படுத்தி கட்டி, அழுகலை நீக்கும். காதுவலி, அஜீரணம், மூக்கில் நீர் பாய்ச்சல், உதிரச் சிக்கல், உடல் கடுப்பு, தலைவலி முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நாய்வேளை இலையை வெந்நீர் விட்டு அரைத்து வீக்கங்களில் கட்ட, வீக்கம் தணியும்.

2. நாய்வேளை இலையை வெந்நீர் விட்டு கசக்கிப் பிழிந்த சாறில் ஓரிரு துளிகள் காதில் விட காதுவலி குணமாகும்.

3. நாய்வேளை இலையை பிற கீரைகளுடன் சமைத்துண்ண வயிற்றிலுள்ள வாய்வு நீங்கும். பெண்களின் உதிரச் சிக்கலை ஒழுங்குபடுத்தும்.

4. நாய்வேளை விதையை உலரவைத்துப் பொடி செய்து தண்ணீரில் ஊறவைத்து புழுபட்ட புண்களைக் கழுவ, புண்களிலிருந்து புழுக்கள் வெளிப்பட்டு விரைவில் ஆறும்.

5. சிறிய நாய்வேளை வேர்த்துண்டுடன் 20 கிராம் சிற்றாமணக்கெண்ணெயில் சேர்த்துக் காய்ச்சி வடிகட்டி, குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க மாந்தம் குணமாகும். வயிற்றுப் புழு வெளியேறும்.

6. நாய்வேளை விதையை காடி விட்டரைத்து வீக்கங்களுக்குப் போட வீக்கம் கரைந்து அதனால் உண்டாகும் வலி குறையும்.

7. நாய்வேளை விதையைத் துவையல் செய்து சாப்பிட வாதம், பசியின்மை, உதிரச் சிக்கல் நீங்கும்.

8. நாய்வேளை இலையை இடித்து வைத்துக் கட்டினால் கொப்புளமுண்டாகி நீர் வடியும். ஆகையால் கொப்புளமுண்டாக்கி, நீர் எடுக்க வேண்டிய நோய், புண், கட்டிகளுக்கு இதைக் கொடுக்கலாம்.

9. நாய்வேளை விதையைப் பொடி செய்து 3 கிராம் எடுத்து அத்துடன் 3 கிராம் சர்க்கரை சேர்த்து தினமும் 2 வேளைகள் வீதம் 2 நாட்கள் கொடுத்து 3ம் நாள் விளக்கெண்ணெய் கொடுக்க பேதியாகி வயிற்றுப்புழு வெளிப்படும்.

10. நாய்வேளை இலைச்சாறுடன் சம அளவு நல்லெண்ணெய் சேர்த்துக் காய்ச்சி, காதில் சிலதுளிகள் விட காது சீழ் நோய் குணமாகும்.

11. நாய்வேளை இலையை நெய்யிலிட்டுக் காய்ச்சி பின் இலையை நீக்கி விட்டு நெய்யை மட்டும் புண்களுக்குப் பூச சீக்கிரம் குணமாகும். புழுக்களும் தோன்றாது.



99. நாவல்



வேறு பெயர்கள்: *நவ்வல், நம்பு, சம்பு, சாதவம், ஆருகதம், நேரேடு, சாட்டுவலம், சாம்பல், சுரபிபத்திரை, நாகமரம்.*
தாவரவியல் பெயர்: Syzygium Cumini (Old Name: Eugenia Jambolana).

குடும்பப் பெயர்: Myrtaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Jambul. **தெலுங்கு:** Neradu. **சமஸ்கிருதம்:** Jumbu. **மலையாளம்:** Gnaval. **ஹிந்தி:** Jamuns. **கன்னடம்:** Noralu.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தோல் போன்ற தடிப்பான தனி இலைகள் பளபளப்புடன் எதிரிலை அடுக்கத்தில் அமையப்பெற்றிருக்கும். 'சைமோஸ்' மஞ்சரியில் சிறிய மங்கிய வெள்ளை நிறமான பூக்கள் இலைக் கோணத்தில் காணப்படும். பெர்ரி வகைக் கனிகள் காணப்படும். பழங்கள் நீள் வட்ட வடிவமானவை, கருநீல நிறமானவை. இதன் விதைகள் வெண்ணிற மானவை.*

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம். சுவை: துவர்ப்பு.* **தன்மை** : *தட்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் விதையில்* Jamboine *என்ற குளுக்கோசைடும்,* Ellagic Acid *என்ற பீனாலிக் பொருளும்,* Resin, Gallic Acid *ஆகியவைகளும் உள்ளன. பட்டையில்* Tannin *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, குருதிப்பெருக்கி, உடலுரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *அஜீரணம், நீர்க்கட்டு, சீதபேதி, நீரழிவு, வயிற்றுளைச்சல், மூலம், பித்தம், புண்கள், பெரும்பாடு, உதிரப்போக்கு முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நாவல் பட்டைக் குடிநீரை 60 மி.லி. வீதம் காலை, மாலை கொடுத்து வர நீரிழிவு நீங்கும்.

2. நாவல் பழம் நீர்ப்பெருக்கு, நீர் வேட்கையைத் தணிக்கும்.

3. நாவல் கொழுந்தை அரைத்து 10 கிராம் வீதம் உட்கொள்ள பேதியாவது குணமாகும்.

4. நாவல் பழச்சாற்றை மணப்பாகு செய்து கொடுக்க அஜீரணம், வயிற்றுப் போக்கு தீரும்.

5. நாவல் கொழுந்துச் சாறு 20 கிராம், ஏலரிசி - 2, சிறிது லவங்கப்பட்டைத் தூள் சேர்த்து காலை, மாலை கொடுக்க சூட்டினால் உண்டாகும் பேதி, அஜீரணம், வயிற்றுப் போக்கு தீரும்.

6. நாவல் விதையை உலர்த்தி தூள் செய்து 3 - 5 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் உட்கொள்ள நீரிழிவு நோய் குணமாகும்.

7. நாவல் விதைத்தூளுடன் மாம்பருப்புத் தூளையும் சம அளவு சேர்த்துக் கொடுக்க நீர்க்கட்டு நீங்கும்.



100. நிலாவாரை

வேறு பெயர்கள்: *நில ஆவரை, நிலவாகை, ஆவாகை, நாட்டு நிலாவிரை, கமதாயம், ஆலகாலம், குயத்தினலகை, தாளினி, ஆவரை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cassia Senna (Old Name: Cassia Lanceolata). **குடும்பப் பெயர்:** Caesalpiniaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Senna. **தெலுங்கு:** Nela-tangedu. **சமஸ்கிருதம்:** Sanna-indi. **மலையாளம்:** Nila-vaka. **ஹிந்தி:** Sunnamakai. **கன்னடம்:** Nela-varike.



வளரியல்பு: *குறுஞ்செடி.* **தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்:** *இரட்டை சிறகுவடிவ கூட்டிலைகள் மாற்றிலை அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இலைக் கோணத்தில் ரெசீம் மஞ்சரியில் மஞ்சள் நிற பூக்கள் காணப்படும். லெகூம் என்ற உலர் வெடிகனி காணப்படும். இதன் விதைகள் கோள வடிவமானவை.*

பயன்படும் பகுதி : *இலை.* **சுவை :** *கைப்பு.* **தன்மை :** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலையில் சென்னாசைடு A & B எனப்படுகின்ற ஆந்த்ரோகுயினைன் கிளைக்கோசைடுகள் உள்ளன. இவை நீர்மலம் போக்கி செய்கை உடையவை.*

செய்கைகள்: *மலமிளக்கி, நீர்மலம் போக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *மூலவாயு, உட்சூடு, கிரந்தி, வயிற்று வலி, நாட்பட்ட மலச்சிக்கல் முதலியன குணமாகும். சொறி, சிரங்கு, வயிற்றுப்பிசம், குமட்டல், கால் பிடிப்பு, கீல் பிடிப்பு (வாதம்), இளநரை தீரும். காய்ச்சல் உள்ளவர்கள், கர்ப்பிணிப் பெண்கள், மூல நோய் உள்ளவர்கள் இம்மூலிகையை உபயோகிக்கக் கூடாது.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நிலாவாரை இலையை துவையலாக அரைத்து இரவில் கொடுக்க மலச்சிக்கல் நீங்கும்.

2. நிலாவாரை இலைச் சூரணம் 20 கிராம், சுக்கு, மிளகு, ஓமம், வாய் விடங்கம், இந்துப்பு இவற்றின் பொடிகள் வகைக்கு 5 கிராம், சர்க்கரை 40 கிராம் வீதம் கலந்து 5 கிராம் வீதம் கொடுக்க வயிற்றுப்பிசம், வயிற்று வலி குணமாகி மலம் நன்கு கழியும்.

3. நிலாவாரைக் குடிநீருடன் இந்துப்பு சேர்த்துக் கொடுக்க வயிற்றுக் கடுப்பு நீங்கும்.

4. நிலாவாரை இலையுடன் மருதாணி இலையைச் சேர்த்தரைத்து தடவ செம்பட்டை, இளநரை நீங்கி முடி கருமையாக வளரும்.

5. நிலாவாரைக் குடிநீருடன் காடி சேர்த்து உடலில் பூசிவர சொறி சிரங்கு, படை, தேமல், ஆறாத புண் முதலியன குணமாகும்.

6. நிலாவாரை இலை, சோம்பு, கொத்தமல்லி, சுக்கு வகைக்கு 10 கிராம் சேர்த்து 1 லிட்டர் நீரில் இட்டு 250 மி.லி யாகக் காய்ச்சி கற்கண்டு கலந்து பருகிவர சுக பேதியாகும்.



101. நீர் முள்ளி

வேறு பெயர்கள்: *காகண்டம், இக்குரம், நிகதம், துரகமூலம், முண்டகம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Hygrophila Auriculata (Old Name: Hygrophila Spinosa). **குடும்பப் பெயர்:** Acanthaceae.



ஆங்கிலப் பெயர்: Water Thorn Plant. **தெலுங்கு:** Nirugobbi. **சமஸ்கிருதம்:** Kokilaksha. **மலையாளம்:** Vayalchulli. **ஹிந்தி:** Talmakhana. **கன்னடம்:** Kollavalike.

வளரியல்பு: *சிறுசெடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இதன் கணுப் பகுதியில் தனியிலை எதிரிலை யடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றுள்ளது. கணுப்பகுதியில் பல கூர்மையான முட்கள் நட்சத்திரம் போன்று காணப்படும். சிறு மலர்கள் கொத்தாக இலைக் கோணங்களில் காணப்படும். அறை வெடி காப்சூல் வகைக் கனி காணப்படும். இதன் விதை, வேர் மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.*

பயன்படும் பகுதி : *பூ, விதை, வேர், சமூலம்.* **சுவை :** *இனிப்பு.* **தன்மை :** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் வேரில்* Hygrosterol *என்ற ஆல்கலாய்டு உள்ளது. இதன் விதையில்* Albuminoids, Nitrogen *ஆகியவையும் விதை எண்ணெயில்* Myristic, Palmitic and Stearicacids *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *சிறுநீர்ப் பெருக்கி, காமம் பெருக்கி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உட்சூடு, நீர்க்கட்டு, வெள்ளை, வெட்டை, உடற்சோர்வு, வீக்கம், தாதுநஷ்டம் மற்றும்*

மூத்திர நோய்கள் குணமாகும். மலச்சிக்கல், பெருவயிறு, நீர்க்கோவை, சிறுநீர் எரிச்சல் நீங்கும்.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நீர்முள்ளி விதையைப் பொடி செய்து 1 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் பாலில் கலந்து சாப்பிட்டு வர நீர்க்கோவை, இரைப்பிருமல், வயிற்றுப் போக்கு, சர்க்கரை நோய் முதலியன தீரும்.

2. நீர்முள்ளி இலை அல்லது சமூலத்தை கஷாயமாக்கி கொடுத்துவர இரத்தசோகை, மஞ்சட்காமாலை, வயிற்றிலுள்ள கட்டிகள், மகோதரம் (பெருவயிறு) போன்றவை குணமாகும்.

3. நீர்முள்ளி விதையை பால் அல்லது முந்திரிச் சாறுடன் கலந்து கொடுக்க ஆண்மை பெருகும்.

4. நீர்முள்ளி விதை 40 கிராம், நெருஞ்சில் விதை 20 கிராம், வெள்ளரி விதை 10 கிராம் சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் இட்டு 200 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி பனங்கற்கண்டுடன் காலை, மாலை என 10 நாட்கள் கொடுக்க உடலில் உள்ள கெட்ட நீர்கள் வெளியேறும். உட்சூடு, சிறுநீர் எரிச்சல், மேகநீர், வாதநீர் நீங்கும். சப்த தாதுக்களும் வலுப்பெற்று உடல் பலமும், தாது விருத்தியும் உண்டாகும்.

5. நீர்முள்ளி இலைச் சாம்பலை சிறுநீர், வெள்ளாட்டு மூத்திரம், பசுவின் மூத்திரம் இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றில் கரைத்து பாண்டு, வீக்கம் உள்ள இடங்களில் பூசிவர வீக்கம் தணியும்.

7. நீர்முள்ளி சமூலத்தை அலசி இடித்து 200 கிராம் எடுத்து 2 லிட்டர் நீரில் இட்டு கொத்தமல்லி விதை, நெருஞ்சில்

விதை, சோம்பு வகைக்கு 50 கிராம் பொடி செய்து போட்டு 500 மி.லி யாகச் சுருக்கி (இதுவே நீர்முள்ளிக் குடிநீர்) தினமும் 4 வேளைகள், 125 மி.லி வீதம் கொடுத்துவர ஊதிப் பெருத்த உடம்பு கரையும். வாதவீக்கம், கீல்வாதம், முட்டிகள் வீங்கிப் பெருக்கும், நரித்தலைவாதம், மூத்திர நீர்த்தாரை அடைப்பு முதலியன குணமாகும். 10 முதல் 15 தினங்கள் கொடுத்து வர மகோதரம் நீங்கும்.

8. நீர்முள்ளி வேர் 1 பங்கை இடித்து கொதிக்கும் நீர் 10 பங்கில் சேர்த்து மூடி 1 நாள் ஊறவைத்து 2 மணிக்கு ஒரு தடவை வீதம் பல முறைகள் கொடுத்துவர மேற்கூறிய அனைத்து நோய்களும் விலகும்.



102. நெருஞ்சில்



வேறு பெயர்கள்: *திரிதண்டம், நெரிஞ்சில், சுவதட்டம், திரிகண்டம், நெருஞ்சிபுதும், அசுவசட்டிரம், கோகண்டம், காமரசி, சுவாதுகண்டம், கிட்டிரம், கோண்டம், சுதம், நெருஞ்சி.* **தாவர வியல் பெயர்:** Tribulus Terrestris. **குடும்பப் பெயர்:** Zygophyllaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Small Caltrops. **தெலுங்கு:** Palleru. **சமஸ்கிருதம்:** Gokshura. **மலையாளம்:** Nerunji. **ஹிந்தி:** Gakhru.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *சிறகு வடிவக் கூட்டிலை எதிரிலை அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும் இலைக் கோணத்தில் மஞ்சள் நிற தனி மலர் காணப்படும். முள்வளரிகளை உடைய 'சைசோகார்ப்' கனி ஐந்து பக்கங்களுடன் பத்து சமமற்ற முட்களைக் கொண்டது. விதைகள் எண்ணிக்கையில் அதிகமானவை.*

பயன்படும் பகுதி : *சமூலம்.* **சுவை :** *துவர்ப்பு.* **தன்மை :** *சீதம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் கனியில் சிறிதளவு ஆல்கலாய்டும், ரெசினும், நறுமணப் பொருளும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *சிறுநீர்ப் பெருக்கி, ஆண்மை பெருக்கி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *தாது நஷ்டம், உட்சூடு, சிறுநீர்க்கட்டு, சதையடைப்பு, கல்லடைப்பு, நீர் எரிச்சல், காமாலை, கண்நோய்கள், ரத்தப் போக்கு முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நெருஞ்சில் செடியில் காயையும், வேரையும் பச்சரிசியோடு வேகவைத்து கஞ்சியை வடித்து சர்க்கரை சேர்த்துக் கொடுக்க நீர்க்கடுப்பு, வெள்ளை, நீர்க்கட்டு நீங்கும்.

2. நெருஞ்சில் செடி சமூலத்தை இடித்து சாறு எடுத்து 100 மி.லி மோர் அல்லது பாலுடன் கொடுக்க சிறுநீருடன் ரத்தம் போவது குணமாகும்.

3. நெருஞ்சில் காயை கஷாயமிட்டு அத்துடன் சிறிது நவச்சாரம் கலந்து கொடுக்க சிறுநீர் எரிச்சல் தணியும்.

4. நெருஞ்சில் இலை 1 பங்கு, சர்க்கரை 10 பங்கு வீதமும், லவங்கப்பட்டை, ஏலக்காய் 5 பங்கு வீதமும் சேர்த்து தூளாக்கி 1 கிராம் அயச் செந்தூரத்துடன் கொடுக்க காமாலை தீரும்.

5. நெருஞ்சில் சமூலத்துடன் அருகம்புல் 1 கைப்பிடியளவு எடுத்து 1 லிட்டர் நீர் போட்டு 250 மி.லி யாகக் காய்ச்சி 50 மி.லி வீதம் தினமும் 2, 3 வேளைகள் கொடுத்து வர கண் நோய்கள், நீர்ச்சுருக்கு முதலியன குணமாகும்.

குறிப்பு: நெருஞ்சில் செடியில் பல வகைகள் உள்ளன. 1. சிறு நெருஞ்சில், 2. பெரு நெருஞ்சில் அல்லது யானை நெருஞ்சில், 3. செப்பு நெருஞ்சில், 4. கரு நெருஞ்சில், 5. கொடி நெருஞ்சில் இவ்வாறு பல பிரிவுகளாக இருப்பினும் அனைத்திற்கும் மருத்துவ குணங்கள் ஒன்றேயாகும். சிறு நெருஞ்சில்தான் பொதுவாக எங்கும் மலிவாகக் கிடைத்தும், பயன்பட்டும் வருகிறது. இதற்கு யானைவணங்கி என்ற பெயரும் உண்டு.



103. நெல்லி

வேறு பெயர்கள்: *ஆமலகம், ஆலகம், ஆம்பல், ஆமரிகம், தாத்தாரி, தாத்தரி, கோரங்கம், மிறுதுபலா, மீதுந்து.* **தாவரவியல் பெயர்:** Phyllanthus Emblica. **குடும்பப் பெயர்:** Euphorbiaceae.

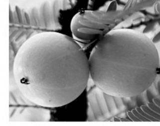
ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Gooseberry. **தெலுங்கு:** Usirika. **சமஸ்கிருதம்:** Amalaki. **மலையாளம்:** Nellikay.

ஹிந்தி: Amlika. **கன்னடம்:** Nellikai.





பூ



காய்

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்:** *சிறிய இலைகள் சிறகு வடிவ கூட்டிலை மாற்றிலை அடுக்கத்தில் அமையப்பெற்றிருக்கும் சிறிய வெண்நிறப் பூக்கள் கொத்து கொத்தாகப் பூக்கும். மஞ்சளுடன் பச்சை கலந்த கனிகள், சதைப்பற்றானவை, உருண்டையானவை. ஆறு விதைகள் கொண்டவை.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பூ, பட்டை, வேர், காய்.* **சுவை:** *புளிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *நெல்லிக்கனியில் வைட்டமின் சி சத்து அதிகம் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, சிறுநீர்ப் பெருக்கி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வெறி, கபநோய்கள், பீனிசம், வாந்தி, மயக்கம், மலச்சிக்கல், உடல்வலி, ஞாபகமறதி போன்ற நோய்கள் குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நெல்லிக்காயை பகலில் உண்டு வர வெறி, பீனிசம், வாந்தி, மயக்கம், மலபந்தம், பிரமேகம், வாயில் அதிக

உமிழ்நீர் சுரத்தல், கபநோய்கள் குணமாகும்.

2. நெல்லி வேர்ப்பட்டை தேனில் உரைத்து நாக்கில் தடவ, நாக்குப்புண் மறையும்.

3. நெல்லி வேரைக் குடிநீர் செய்து தினமும் 2 வேளைகள் பருகி வர வாந்தி, சுவையின்மை, வாத, பித்த, கபத்தினால் தோன்றும் நோய்கள், பத்தியத்தால் உண்டான தீங்குகள் முதலியன நீங்கும். வயிறு நன்கு கழியும்.

4. 15 கிராம் நெல்லிக்காயை இடித்து 500 மி.லி. நீரில் போட்டு 100 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி அத்துடன் 20 மி.லி. தேன் கலந்து 40 மி.லி. வீதம் 3 வேளைகள் 4 நாட்கள் கொடுக்க உடலில் உள்ள அதிகப்படியான பித்தம் தணியும்.

5. நெல்லி இலையை நீரில் போட்டுக் காய்ச்சி வாய் கொப்பளிக்க வாய்ப்புண் குணமாகும்.

6. நெல்லி வேர், விதை, பட்டை, ஈர்க்கு, காய், கனி, வற்றல் இவைகளை கற்ப முறைப்படி ஊறுகாய், துவையல் குடிநீர் செய்து தக்க பத்தியத்துடன் உபயோகித்துவர பெருவயிறு, சூலைவலி, உட்சூடு, பாண்டு, மூலம், பெரும்பாடு, ரத்த சோகை, மயக்கம், வாயு முதலியன குணமாகும்.

7. நெல்லிக்காய் சாறு, எலுமிச்சை சாறு, தேன் வகைக்கு 15 மி.லி. கலந்து காலையில் சாப்பிட்டுவர சர்க்கரை நோய் நீங்கும்.

8. நெல்லி முள்ளியை தினமும் உண்டுவர உட்சூடு, எலும்புருக்கி நோய், சுவையின்மை, பெரும்பாடு,

பைத்தியம், வாந்தி, வெள்ளை, ஆண்குறிக் கொப்புளம் முதலியன தீரும்.

9. நெல்லிக்காய்ச் சாறு, பொன்னாங்கண்ணிச் சாறு, பால் வகைக்கு 500 மி.லி. செவ்விளநீர் 2 லிட்டர், நல்லெண்ணெய் 1 லிட்டர் கலந்து அதில் அதிமதுரம், பூலாங்கிழங்கு, கோஷ்டம், சாதிக்காய், ஏலம், கஸ்தூரி மஞ்சள், திரிகடுகு, கடுக்காய், தான்றிக்காய், ஜாதிப்பத்திரி வகைக்கு 15 கிராம் பொடி செய்து கலந்து பக்குவமாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி (இதுவே நெல்லித் தைலம்) வாரம் 2 முறை தலையில் தேய்த்து குளித்துவர காமாலை, மாலைக்கண், கண் நோய்கள், பொடுகு, முடிஉதிர்தல் முதலியன குணமாகும்.

10. 2 கிலோ வற்றலை 4 லிட்டர் நீரில் இட்டு 500 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 500 கிராம் சர்க்கரை சேர்த்துப் பாகாக்கி அதில் திரிகடுகு வகைக்கு 30 கிராம், கிராம்பு, ஏலம், வாய்விளங்கம், கொத்தமல்லி, வெள்ளைக் குங்கிலியம், கூகைநீர், கற்பூரம், ஓமம், அதிமதுரம், சீரகம் வகைக்கு 10 கிராம் வீதம் தூள் செய்து கலந்து 500 மி.லி. நெய் சேர்த்து கிளறி லேகியபதத்தில் எடுத்து வைத்துக் கொண்டு (நெல்லிக்காய் லேகியம்) தினமும் இரண்டு வேளைகள் 10 கிராம் வீதம் கொடுத்துவர இருமல், காசம், வாயு, பீனிசம், பொருமல், கபம், எலும்பைப் பற்றிய காய்ச்சல், நீர்ச்சுருக்கு முதலியன நீங்கும்.



104. நொச்சி



வேறு பெயர்கள்: *இந்திர சூரியம், நித்தில், நீர்க் குண்டி, நெர்க்குண்டி, சிந்தும சிந்துவாரம், ஐந்திலை நொச்சி, வெண்ணொச்சி.* **தாவர வியல் பெயர்:** Vitex Negundo. **குடும்பப் பெயர்:** Verbebaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Chaste Tree. **தெலுங்கு:** Vavili. **சமஸ்கிருதம்:** Indrani. **மலையாளம்:** Indrani. **ஹிந்தி:** Nirgundi. **கன்னடம்:** Bilenekki.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *ஈட்டி போன்ற கூர்மையான இலைகள் கைவடிவ கூட்டிலைகளாக எதிரிலை குறுக்கு மறுக்கு அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இலைகளில் ஒருவித மணமுண்டு. இலையின் கீழ்ப்புறம் சாம்பல் நிறமான உரோமப் பூச்சு காணப்படும். இலையின் கோணத்தில் இருபக்க கிளைத்தலுடைய சைமோஸ் வகை மஞ்சரியில் கருஞ்சிவப்பு அல்லது வெள்ளை அல்லது கருநீல முடைய மலர்கள் காணப்படும். கடினமான உள் உறையைக் கொண்ட 'ட்ரூப்' கனியுடையது.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பூ, வேர், பட்டை.* **சுவை:** *கைப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் பச்சை இலையில் நறுமண எண்ணெய் உள்ளது. இதன் உலர்ந்த இலையில் ஆல்கலாய்டு உள்ளது. இதன் கனியில்* Malic Acid, Resin, Alkaloid *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, கோழையகற்றி, உடற்றேற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *குளிர்ஜுரம், முறைஜுரம், வாதத்தினால் ஏற்படும் வலிகள், வீக்கம், கழுத்து நெறிகட்டு, தலைவலி, பீனிசம், மாந்தம், வயிற்று வலி, வயிற்றுப் புழு, ரத்த வாந்தி முதலியன நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. நொச்சியிலையைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க குளிர் ஜுரம், முறை ஜுரம் மற்றும் வாதத்தினால் ஏற்படும் ஜுரங்கள் தணியும்.

2. நொச்சியிலைச் சாறு 5 மி.லி.யுடன் பசுங்கோமியம் (பசுவின் சிறுநீர்) 5 மி.லி. கலந்து பருக நுரையீரல், கல்லீரல், மண்ணீரல் வீக்கங்கள் குறையும்.

3. நொச்சியிலைகளை வெந்நீரில் போட்டு வேக வைத்து நீராவி பிடிக்க உடலில் வியர்வை உண்டாக்கி உடல் ஜுரம் குறையும். வாதத்தினால் உண்டான உடல்வலி, இடுப்பு வலி போன்றவை தணியும்.

4. நொச்சியிலை 20 கிராம், காக்கரட்டான் வேர் 10 கிராம், மூக்கிரட்டை வேர் 10 கிராம் நசித்து சுக்கு 10 கிராம், மிளகு 6, சீரகம் 3 கிராம் முதலியவற்றை 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு $^{1}/_{2}$ லிட்டராகக் காய்ச்சி காலை, மாலை 25 மி.லி. வீதம் பருகி வர ஆரம்ப நிலையிலுள்ள இளம்பிள்ளை வாத நோய் (போலியோ) குணமாகும்.

5. நொச்சியிலைகளை தலையணையாகச் செய்து படுத்து வர தலைவலி, கழுத்து வீக்கம், தலையில் நீரேற்றம், நரம்பு வலி, இழுப்பு, மூக்கடைப்பு, கழுத்து வலி, ஜன்னி முதலியன நீங்கும்.

6. நொச்சியிலை 3, மிளகு 4, பூண்டுப்பல் 4, லவங்கம் 1, வாயில் போட்டு சிறிதளவாக மென்று விழுங்கிவர ஆஸ்துமா நீங்கும்.

7. நொச்சியிலையுடன் நுணா, வேப்பிலை, பொடுதலை ஆகிய இலைகளைச் சேர்த்து குடிநீர் செய்து கொடுக்க குழந்தைகளின் மாந்தம் குணமாகும்.

8. நொச்சி வேர்க்குடிநீர் வாதநோய்களைப் போக்கும். சிறுநீர்ப் பையிலுள்ள அழற்சியைப் போக்கும். மேலும் வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் புழுவை நீக்கும்.

9. நொச்சியிலையுடன் குப்பைமேனி, ஆடாதோடை, தழுதாழை, வேப்பிலை, முடக்கத்தான், தும்பை, நாயுருவி, வாதநாராயணன், வாதமுடக்கி போன்ற மூலிகைகளில் கிடைப்பவற்றை வாயகன்ற மண் சட்டியில் போட்டு, போதிய அளவு நீர்விட்டு கொதிக்க வைத்து, அதில் சூடான செங்கல் துண்டுகளைப் போட்டு ஆவி பிடிக்க அனைத்துவித வாத நோய்களும், வலிகளும் தீரும்.

10. நொச்சியிலைச் சாற்றால் செய்யப்பட்ட எண்ணெயை தலையில் தேய்த்து குளித்துவர கழுத்து நெறிகட்டு நாளடைவில் குணமாகும்.



105. பசலை



வேறு பெயர்கள்: *பசளை, பசறை, சிறு பசலை, சிறுபசலை, பசரைக்கீரை.* **தாவர வியல் பெயர்:** Portulaca Quadrifida. **குடும்பப் பெயர்:** Portulacaceae.

தெலுங்கு: Sanna-Pavili. **சமஸ்கிருதம்:** Upadyhi. **மலையாளம்:** Cheru-Basali. **ஹிந்தி:** Loniya. **கன்னடம்:** Hali-Bachcheli.

வளரியல்பு: *படர்பூண்டு.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தட்டையான இலைகள் ஒன்றுக்கொன்று எதிரிலை அடுக்கத்தில் அமையப்பெற்றி ருக்கும். இலையின் நீளம் 113 முதல் 115 அங்குலம் உடையதாக இருக்கும். நீர்ச்சத்து மிகுந்து காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, விதை.* **சுவை:** *சிறு புளிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலையில்* Mucilage *என்ற வழுவழுப்பான பொருளும்,* Acid Potassium Oxalate *என்ற பொருளும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *சிறுநீர்ப் பெருக்கி, பசித்தீத்தூண்டி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *நீர்க்கடுப்பு, நீரடைப்பு, வெள்ளை, சுவையின்மை, வாந்தி, ஆண்மையின்மை, உட்சூடு, மலச்சிக்கல், தூக்கமின்மை போன்றவை குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பசலைத்தண்டின் அடி வேரை நசுக்கி 1 லிட்டர் நீரில் இட்டு 250 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி மிளகுத்தூள் சேர்த்து குடித்துவர பித்தம் தணிந்து உட்சூடு (உடற்சூடு) குறையும்.

2. பசலையிலையையும், விதைகளையும் பருப்புக் கீரையைப் போன்று சமைத்து தினமும் உண்டுவர மேற்கூறிய நோய்கள் நீங்கும்.

3. ஒரு படி பசலையிலையை சிதைத்து குடிநீர் காய்ச்சி தினமும் கொடுத்துவர நல்ல உறக்கம் உண்டாகும்.

4. பசலையிலையை நன்கு அரைத்து பற்றுப் போட தலைவலி குணமாகும்.

5. பசலைக்கீரையை அடிக்கடி உணவில் சேர்த்துக் கொள்ள மேகநோய் தீரும்.

6. பசலையிலையை நன்கு அரைத்து கட்டிகள், வீக்கங்களில் பற்றுப்போட விரைவில் குணமாகும்.



106. பறங்கிப்பட்டை

வேறு பெயர்கள்: *பரங்கிப்பட்டை, மதுஸ்மிகம், பறங்கிச் சக்கை, மதுஸ்மீகி, சீனப்பட்டை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Smilax Chinensis. **குடும்பப் பெயர்:** Liliaceae.



ஆங்கிலப் பெயர்: China Root. **தெலுங்கு:** Parangi-Chekka. **சமஸ்கிருதம்:** Madusnuhi. **மலையாளம்:** Pavu. **ஹிந்தி:** Chobchini.

வளரியல்பு: *ஏறு கொடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *தனி இலைகள், மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இதன் இலையடிச் செதில் பற்றுக் கம்பியாக மாற்றுரு பெற்றிருக்கும். ஒருபால் மலர்கள் காணப்படும். காப்சூல் வகை கனிகள் காணப்படும். வேர்க் கிழங்குதான் மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப் படுகின்றது.*

பயன்படும் பகுதி: *வேர்க் கிழங்கு.* **சுவை:** *இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *இதன் வேர்க் கிழங்கில் குளுக்கோசைடு, தாவரஸ்டீரால் அடங்கிய சாப்போனின், ஸ்டார்ச் ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *காமம் பெருக்கி, மேப்பிணி விலக்கி, தூய்மையாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *நீர் வேட்கை, வாத நோய்கள், புண், நீரிழிவு, விஷக்கடி, சிரங்கு, மூலமுளை, முடக்குவாதம், வாந்தி, ஆண்மையின்மை, நீர்க்கட்டு, வெட்டை, வயிற்றிரைச்சல் முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பறங்கிப் பட்டையைப் பொடி செய்தாவது அல்லது குடிநீரிட்டாவது கொடுத்துவர மேற்கண்ட நோய்கள் குணமாகும்.

2. பறங்கிப் பட்டை சூரணத்தை தினமும் 2 வேளைகள் 5 கிராம் வீதம் கொடுத்து வர புண், கரப்பான், சூலை, வெட்டை, மந்தம், அதிகழிச்சல், கிராணி, உப்பிசம், வயிற்றிரைச்சல் தீரும்.

3. பறங்கிப்பட்டை ரசாயணம் தினமும் உண்டுவர கிரந்தி, புண், சூலை, கண்டமாலை, வாத நோய்கள், வெள்ளை, கபநோய்கள் 96ம் நீங்கும்.

4. பறங்கிப்பட்டை லேகியம் 10 கிராம் வீதம் காலை, மாலை கொடுத்துவர மேற்கண்ட நோய்கள் விலகும்.



107. பற்பாடகம்



வேறு பெயர்கள்: *சீதம், பற்படாம், பற்படகம், பற் படாகம்.* **தாவர வியல் பெயர்:** Mollugo Cerviana. **குடும்பப் பெயர்:** Molluginaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Fever Plant. **தெலுங்கு:** Parpataka. **சமஸ்கிருதம்:** Parpatakam. **மலையாளம்:** Parpatakam. **ஹிந்தி:** Taph-Khad. **கன்னடம்:** Parpataka.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *மென்மையான கம்பி போன்ற பல கிளைகளைக் கொண்டது. நீண்டு மெலிந்த ஊசி போன்ற இலைகள் காணப்படும். தடித்த, சிவப்பு நிறமான வேர்கள் காணப்படும். வெள்ளை நிற சிறு பூக்கள் கொத்தாக தண்டின் நுனியில் காணப்படும். சொரசொரப்பான சிறிய கோள வடிவிலான விதைகள் உடையது.*

பயன்படும் பகுதி: *சமூலம்.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இத்தாவரத்தில்* Bitter Resin, Alkaline Nitrate Ash, Gum *ஆகிய பொருட்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *அழுகலகற்றி, வியர்வை பெருக்கி, வெப்பகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *காய்ச்சல், பைத்தியம், தாக வேட்கை, பித்தம், கண் எரிச்சல் முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பற்படாக சமூலத்தை குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க காய்ச்சல் தணியும். சூதக அழுக்கை வெளிப்படுத்தும்.

2. பற்படாகத்தை பால் சேர்த்து அரைத்துத் தலையில் தேய்த்துக் குளித்துவர கண் எரிச்சல், உடற்சூடு, வியர்வை நாற்றம் முதலியன நீங்கும்.

3. பற்படாக வேரை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சித் தடவ கீல்வாயு, வீக்கம் முதலியன குணமாகும்.

4. பற்படாகம், சுக்கு, கண்டங்கத்திரி, விஷ்ணுகிரந்தி, ஆடாதோடையிலை வகைக்கு 40 கிராம் இடித்து 1 லிட்டர் நீரில் இட்டு 250 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி தினம் 3, 4 வேளைகள் 50-60 மி.லி. வீதம் 3 நாட்கள் பருகிவர காய்ச்சல் தீரும்.

5. பற்படாகத்தை நீரில் ஊறவைத்து கொடுக்க, சிறுநீர் எரிச்சல், கண் எரிச்சல் நீங்கும். கர்ப்பப்பை அழுக்கு வெளிப்படும்.

6. பற்படாகம், மாம்பட்டை, வெட்டி வேர், மல்லி, கோரைக் கிழங்கு, சுக்கு, இலவம் பிசின், கஞ்சாங்கோரை வகைக்கு 5 கிராம் இடித்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 250 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி 3, 4 வேளை குடித்துவர வயிற்றுப் போக்குடன் கூடிய விஷக்காய்ச்சல் தீரும்.

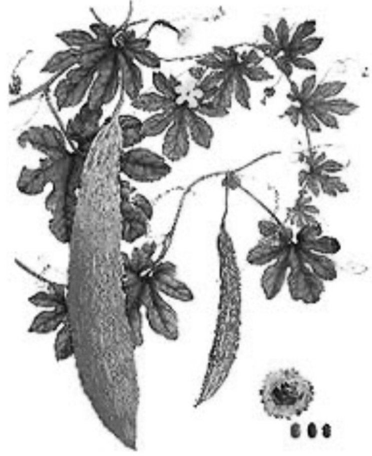


108. பாகல்

வேறு பெயர்கள்: *காரவல்லி, கூரம், கூலம், பாவல்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Momordica Charantia. **குடும்பப் பெயர்:** Cucurbitaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Bitter Gourd. **தெலுங்கு:** Kakara. **சமஸ்கிருதம்:** Karavella. **மலையாளம்:** Paval. **ஹிந்தி:** Kareli. **கன்னடம்:** Hagola.

வளரியல்பு: *ஏறு கொடி.*



தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *பற்றுக் கம்பி களை உடைய ஏறு கொடி, இலைக் கோணத் தில் பற்றுக்கம்பி உண்டு. தண்டிலும், இலைகளி லும் அடர்ந்த உரோமங் கள் உண்டு. உள்ளங்கை போன்ற பிளவுகளை உடைய தனியிலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமையப்பெற்றிருக்கும். தனி மலர்கள் இலைக் கோணத்தில் காணப்படும். பச்சை நிறத்தில் மேல் தோல் மேடு பள்ளங்களுடன் காய் காணப்படும். அது பழுத்தால் மஞ்சள் அல்லது சிவப்பு நிறமாக மாறும். இதன் கனி 'பெப்போ' வகை சதைக்கனி.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, காய், பழம், விதை.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் காயில் ஒரு கசப்பு குளுக்கோசைடு, ரெசின் ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *பித்தசமானி, புழுக்கொல்லி, உடற்றேற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத, பித்த, கபத்தின் பெருக்கைக் கட்டுப்படுத்தும். மலச்சிக்கல், வயிற்றுப்புழு நீங்கும். பாதரசத்தின் வேகத்தை முறிக்கும். கோழை,இரைப்பு, இருமல், ஜுரம், வெள்ளை, மூலம், குஷ்டம் தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பாகல் இலைச்சாறு 25 மி.லி.யுடன் வெந்நீர் கலந்து கொடுக்க வயிற்றுக் கிருமிகள் வெளிப்படும்.

2. பாகல் காயை சமைத்து உண்ண வாத, பித்த நோய்கள் நீங்கும். ஏப்பத்தை உண்டு பண்ணும்.

3. பாகல் இலைச்சாறு 75,100 மி.லி. வீதம் வாரம் ஓரிரு முறை பருகிவர சிறுநீர் சர்க்கரை நோய் மட்டுப்படும்.

4. 30 மி.லி. பாகல் இலைச்சாறைக் கொடுக்க ஜீரணிக்கப்படாத உணவு, வாந்தி மூலம் வெளியாகும் அல்லது கழிச்சலை உண்டாக்கும். வாந்தியும், கழிச்சலும் அளவுக்கு அதிகமானால் அதை நிறுத்த சோற்றுடன் நெய் கலந்து சாப்பிட வேண்டும்.

5. பாகல் இலைச்சாற்றை உள்ளங்கை, உள்ளங்கால்களில் பூச கை, கால் எரிச்சல் தணியும்.

6. பாகல் இலைச்சாற்றுடன் மிளகை அரைத்து கண்ணைச் சுற்றி பற்றிட மாலைக்கண் நோய் தீரும்.

7. பாகல் இலையை விளக்கெண்ணெயில் வதக்கிக் கட்டிவர 40, 50 நாட்களில் வெளிமூலம் நீங்கும்.

8. பாகல் பழத்தை உண்டுவர வாத நோய்கள், ஈரல் நோய்கள், இரத்தப் போக்கு, களைப்பு நீங்கும்.

9. பாகல் பழத்துடன் இலையையும் சேர்த்துக் கொடுக்க காமாலை, குஷ்டம், மூலம் முதலியன குணமாகும்.

10. பாகல் பழத்தைப் பிழிந்து சாறெடுத்து சர்க்கரை சேர்த்துப் பூச புண்கள் ஆறும். இதையே உள்ளுக்குக் கொடுக்க கர்ப்பப்பை வலி நீங்கும்.

11. மிதிப்பாகல் இலை, பழம், நாவற்பட்டை ஆகியவற்றை இடித்துச் சாறெடுத்து 30 மி.லி. வீதம் 40, 120 நாட்கள் பருகிவர சர்க்கரை நோய் தீரும். அசைவ உணவைத் தவிர்க்க வேண்டும்.



109. பிரண்டை



வேறு பெயர்கள்: *வச்சரவல்லி, பிரண்டை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Vitis Quadrangularis. **குடும்பப் பெயர்:** Vitaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Adament Creeper. **தெலுங்கு:** Nalleru. **சமஸ்கிருதம்:** Asthisamhari. **மலையாளம்:** Peranda. **ஹிந்தி:** Harshankar. **கன்னடம்:** Vajraballee.

வளரியல்பு: கொடி. **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *நாற்கோண வடிவமான தண்டுகள் உடையது. கணுவில் இலைக்கு எதிரில் பற்றுக் கம்பிகள் இருக்கும். தனி இலைகள் மாற்றடுக்கத்தில் அமைந்தவை. எளிதில் உதிரும் தன்மை உடைய இலைகள். பச்சை கலந்த மஞ்சள் நிறமான மலர்களை உடையது. சிவப்பு நிறத்தில் உருண்டை வடிவத்தில் கனிகள் காணப்படும். விதை வழுவழுப்பானது.*

பயன்படும் பகுதி: *தண்டு, வேர்.* **சுவை:** *கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *இதன் தண்டில் சுண்ணாம்புச் சத்து அதிகம் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *ருது உண்டாக்கி, உடல் தேற்றி, பசித்தீத்தூண்டி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *மலத்துவார அரிப்பு, ரத்த மூலம், மந்தம், வயிற்று வலி, வாத பித்தக் கழிச்சல்கள், குடல் வாயு, அஜீரணம் முதலியன குணமாகும். மேலும் நுண் கிருமிகளைக் கொல்லும். கால் ஓய்ச்சல் நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பிரண்டையைத் துவையலாக்கி உணவு முறையாகக் கொண்டோ அல்லது மருத்துவ வகையிலோ உண்டுவர கபநோய்கள், அஜீரணம் தீரும்.

2. பிரண்டை வேரை உலர்த்தித் தூள் செய்து 2 கிராம் அளவாக தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர முறிந்த எலும்புகள் ஒன்றுசேரும்.

3. பிரண்டை, பேரிலந்தை, வேப்ப ஈர்க்கு, முருக்கன் விதை, ஓமம், இவைகளைக் குடிநீரிட்டுக் குடிக்க வாய்வு விலகும். வயிற்றுப் புழுக்கள் வெளிப்படும்.

4. பிரண்டையை இடித்துச் சாறு எடுத்து அத்துடன் உப்பு, புளி சேர்த்து காய்ச்சி இளம் சூட்டில் பற்றுப்போட எலும்பு முறிவு, எலும்பு வீக்கம், அடிபட்ட வீக்கம், சதை பிறழுதல் முதலியன நீங்கும்.

5. பிரண்டையை நெய்விட்டு வறுத்து அரைத்துக் கொட்டைப் பாக்களவு 8 நாட்களுக்கு காலை, மாலை

கொடுத்து வர மலத்துவார அரிப்பு, இரத்தப் போக்கு ஒழியும்.

6. பிரண்டையை உலர்த்தி நெருப்பில் கொளுத்தினால் சாம்பலாகும். இதை நல்ல நீரில் கரைத்து வெண்ணெய் அல்லது நெய்யில் கலந்து ஓரிரு மண்டலங்கள் கொடுக்க தீராத வயிற்றுவலி, மூல அரிப்பு, இரைப்பை, குடல் புண்கள், மலத்துடன் சீழ் அல்லது ரத்தம் வருதல் முதலியன குணமாகும்.

7. பிரண்டை உப்பு 2 அரிசி எடை எடுத்து பாலில் கலந்து தினமும் 3 வேளைகள் கொடுக்க சிறு குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் வாந்தி, பேதி, சீதபேதி, நுரைத்த பச்சையான பேதி முதலியன நீங்கும்.

8. இளந்தண்டை இலையுடன் உலர்த்திப் பொடி செய்து சுக்குத்தூள், மிளகுத்தூள் சிறிது கலந்து சாப்பிட வயிற்று நோய், அஜீரணம் தீரும். இதைப் பாலில் கலந்து சிறிது கற்கண்டு சேர்த்துப் பருக உடலைத் தேற்றி வலிமையைக் கொடுக்கும்.

9. உப்பை 2 அல்லது 3 அரிசி எடை வெண்ணெயில் சேர்த்துக் கொடுக்க உதடு, நாக்கு வெடிப்புகள், வாய் துர்நாற்றம், வாய்ப்புண் முதலியன குணமாகும்.

10. பிரண்டையை சிறு தீயிட்டு வதக்கிச் சாறு பிழிந்து காதில் ஓரிரு துளிகள் விட காது சீழ் மாறும். மூக்கில் விட வடியும் ரத்தம் மட்டுப்படும். இதையே 5, 10 மி.லி. வீதம் உள்ளுக்குக் கொடுக்க பெண்களின் சூதகக் கோளாறுகள் சரிப்படும்.

11. 1 குன்றிமணி எடை பிரண்டை உப்புடன் சாதிக்காய் சூரணத்தைச் சேர்த்து நெய்யுடன் கொடுக்க தாது இழப்பு,

நரம்புத் தளர்ச்சி, உடல் பலஹீனம் முதலியன தீரும்.

12. சிறு துண்டுப் பிரண்டைகளை சுண்ணாம்பு நீரில் ஊறவைத்து வேளைக்கு ஒன்றிரண்டு சாப்பிட, அஜீரணம் நீங்கி பசியைத் தூண்டும்.



110. பீநாறி மரம்



இலை



விதை



பூ



வேறு பெயர்கள்: *பெருமரம், பீநாத்தி, பீநாற்ற மரம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Sterculia Foetida. **குடும்பப் பெயர்:** Sterculiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Poon Tree. **தெலுங்கு:** Kalukaranga. **சமஸ்கிருதம்:** Poothekam. **மலையாளம்:** Pottakavalam. **ஹிந்தி:** Jangli-Badam. **கன்னடம்:** Penari Mara.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள் மாற்றிலை அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இலைப்பரப்பில் விண்மீன் போன்ற உரோமவளரிகள் காணப்படும். இலை, கிளைகளை ஒடித்தால் வழுவழுப்பான திரவம் காணப் படும். மலர்கள் இலைக் கோணத்தில் ‘சைமோஸ்’ மஞ்சரியில் காணப்படும். இதில் ‘ஃபாலிக்கல்’ வெடி கனி உள்ளது.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, விதை, பூ, பட்டை.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் கனியில் கொழுப்பு எண்ணெய் மற்றும் ஸ்டார்ச் உள்ளது. கொழுப்பு எண்ணெயில்* Oleic Acid *மற்றும்* Lauric Acid *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *மலமிளக்கி, சிறுநீர்ப் பெருக்கி, வியர்வை பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சிறுநீர்க்கட்டு, மலச்சிக்கல், சொறி, சிரங்கு, ஜுரம், பேதி, வாத நோய்கள், ரத்த சம்பந்தமான நோய்கள் நீங்கும். இது உடலை வளர்க்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

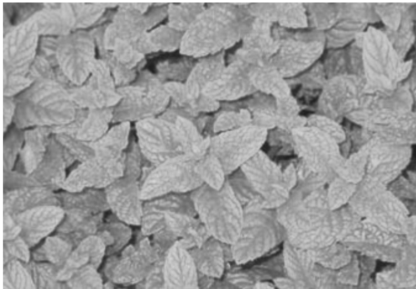
1. பீநாறி மர எண்ணெயைப் பூசி வர சொறி, சிரங்குகள் மறையும்.

2. பீநாறி மர இலை, பட்டை முதலியவைகளை முறைப்படி குடிநீர் செய்து கொடுத்துவர அது வியர்வையை உண்டாக்கி ஜுரத்தைத் தணிக்கும். சிறுநீரைப் பெருக்கும் மற்றும் மேற்கண்ட நோய்களும் விலகும்.



111. புதினா

வேறு பெயர்கள்: *ஈயெச்சக்கீரை, பொதினா, புதியன் மூலி, புதீனா.* **தாவரவியல் பெயர்:** Mentha Arvensis (Old Name: Mentha Sativa). **குடும்பப் பெயர்:** Lamiaceae.



ஆங்கிலப் பெயர்: The Marsh Mint. **தெலுங்கு:** Pudina. **சமஸ்கிருதம்:** Pudina. **மலையாளம்:** Putiyana. **ஹிந்தி:** Chetni-maragu.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்:** *இது ஒரு வாசனை நிறைந்த தாவரம். தனி இலைகள் எதிரிலை குறுக்கு மறுக்கு அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இலை விளிம்பு பற்கள் போன்ற முனைகள் உடையதாகக் காணப்படும். சிறிய இளஞ்சிவப்பு நிறமான மலர்கள் கொத்து கொத்தாகக் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *சமூலம்.* **சுவை:** *கார்ப்பு.* **தன்மை:** *சீத வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *இலையில் உள்ள நறுமண எண்ணெயில் Carvone, Carene Menthol எனும் டெர்பினாய்டுகள் உள்ளன. Camphor என்ற பொருளும் இதி லிருந்து கிடைக்கப் பெற்றிருக்கின்றது.*

செய்கைகள்: *இசிவகற்றி, வெப்பமுண்டாக்கி, அகட்டுவாய்வகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *அஜீரணம், நீர்க்கட்டு, கபநோய்கள், வயிற்றுவலி, சுவையின்மை, வாந்தி, காமாலை, விக்கல் முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. புதினா கீரையை உலர்த்திக் குடிநீரிட்டு 50 மி.லி. வீதம் கொடுத்துவர காமாலை, விக்கல், வயிற்றுவலி நீங்கும்.

2. புதினா கீரையை நன்கு உலர்த்திப் பொடி செய்து பல் துலக்கிவர பல் நோய்கள் மட்டுப்படும்.

3. புதினா கீரையைத் துவையல் செய்து சாப்பிட அஜீரணம், வயிற்றுவலி தீரும்.

4. புதினா கீரையை உலர்த்தி அத்துடன் கற்பூரப் புல்லையும், சமஅளவு எடுத்து குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க வாந்தி, தலைவலி, ஜுரம் தணியும். சிறுநீரைப் பெருக்கும். நல்ல உறக்கம் உண்டாகும். சூதகக் கோளாறுகள், வயிற்று வலி நீங்கும்.

5. இதிலிருந்து எடுக்கப்படும் ஒருவகை எண்ணெய் வெளிநாட்டில் தயாராகும் 'Peppermint' தைலத்தைப் போலிருக்கும். ஆனால், காரம் சற்று குறைச்சலாகும். இதை நெற்றியில் தடவ தலைவலி குணமாகும். சிறிது நீர் கலந்து உள்ளுக்குக் கொடுக்க வயிற்றுவலியை நீக்கி பசியை உண்டு பண்ணும்.



112. புரசு

வேறு பெயர்கள்: *பலாசு, பிரமதாரு, முருக்கு, கிஞ்சுகி, கிருமிநாசம், சீரா, பலாசம், புரைசு, புனமுருக்கு, வாத பேசதம், வன பத்தியம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Butea Monosperma (Old Name: Butea Frondosa). **குடும்பப் பெயர்:** Fabaceae.





இலை



பூ

ஆங்கிலப் பெயர்: Bastard Teak. **தெலுங்கு:** Moduga. **சமஸ்கிருதம்:** Palah. **மலையாளம்:** Murukkamaram. **ஹிந்தி:** Dhara. **கன்னடம்:** Muttagamara.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *சிறகுவடிவக் கூட் டிலைகள் மாற்றிலையடுக் கத்தில் காணப்படும். தீயில் உண் டாகும் சிவப்பு ஜுவாலையின் நிறத்தில் பூக்கள் கொத்துக் கொத்தாகப் பூக்கும். லெகூம் வகை நீளமான கனிகளின் உள்ளே வரிசையாக விதைகளைப் பெற்றுக் காணப்படும். இவ்விதைதான் முருக்கன் விதை. மருத்துவத்திற்கு உதவுவதாகும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பூ, விதை, பட்டை, பிசின்.*

	பொது	*விதை*
சுவை:	*துவர்ப்பு*	*கைப்பு*
தன்மை:	*வெப்பம்*	*வெப்பம்*
பிரிவு:	*கார்ப்பு*	*கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் விதையிலிருந்து கிடைக்கும் கொழுப்பு எண்ணெய்க்கு* Kino-Oil *அல்லது* Moodooga Oil *என்று பெயர். இதன் பிசின் மற்றும் பட்டையில்* Kino-Tannic Acid, Gallic Acid *உள்ளன. இதன் பூவிலிருந்து மஞ்சள் நிற சாயப் பொருள் பெறப்படுகின்றது.*

செய்கைகள்: *மலமிளக்கி, புழுக்கொல்லி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *ஆண்மையின்மை, உடல் பலஹீனம், சிறுநீர்க்கட்டு, மலச்சிக்கல், வயிற்று நோய், வயிற்றுப்புழு, உடல் குடைச்சல், பேதி முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. புரசு இலையைக் குடிநீரிலிட்டு அல்லது உலர்த்திப் பொடி செய்து சாப்பிட வயிற்று நோய், பேதி முதலியன நீங்கும்.

2. புரசு இலையை நீர் விட்டு அரைத்துப் பூச கட்டிகள் அமுங்கும். புற்று நோயின் வளர்ச்சியைத் தடுக்கும்.

3. புரசுப் பூவை நசுக்கிக் கொதிக்க வைத்துப் பற்றிட விரைவீக்கம் குறையும்.

4. புரசுப்பூவை வேகவைத்துக் குடிநீராக்கி சிறிது வெடியுப்புச் சேர்த்து 50 மி.லி. வீதம் கொடுத்துவர சிறுநீர்க்கட்டு நீங்கி சிறுநீர் நன்கு பிரியும்.

5. புரசுப் பூவை நீர்விட்டு வேக வைத்து கட்டிகள் மீது வைத்துக் கட்ட அவை அமுங்கும்.

6. புரசு விதையை நீரில் ஊற வைத்து மேல் தோலை நீக்கி உள்ளிருக்கும் பருப்பை உலர்த்திப் பொடி செய்து 250 மி.கி. வீதம் தேனில் கலந்து தினமும் 3 வேளைகள் 3 நாட்களுக்கு சாப்பிட்டு பின் 4ஆம் நாள் காலையில் விளக்கெண்ணெய் சாப்பிட பேதியாகி குடலிலுள்ள புழுக்கள் வெளிப்படும்.

7. புரசு விதையை பொடி செய்து பழச்சாறில் கலந்து பூச படை, சொறி போன்ற தோல் நோய்கள் மாறும்.

8. புரசுப் பட்டையை இடித்து சாறாக்கி அத்துடன் இஞ்சிச் சாறு கலந்து கொடுக்க பாம்புக் கடியினால் உண்டாகும் நஞ்சு நீங்கும்.

9. புரசுப் பட்டையைக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க நீர்க் கோவை, தலைக்கனம், இருமல் போன்றவை தீரும்.

10. புரசுப் பட்டையை சிறுதுண்டுகளாக நறுக்கி அத்துடன் கற்கண்டு சேர்த்து வாயிலிட்டு மென்று வர தாக வறட்சி அடங்கும்.

11. புரசுப் பிசினை உலர்த்திப் பொடி செய்து 150 மி.கி. முதல் 600 மி.கி. வரை எடுத்து அத்துடன் சிறிது லவங்கப் பொடியை கலந்து கொடுக்க சீதக்கழிச்சல் நீங்கும். இதையே அதிகமாகக் கொடுக்க ரத்தவாந்தி, ரத்தப் போக்கு குணமாகும்.

12. புரசுப் பிசினை நீரில் கரைத்து தொண்டையில் பூச, தொண்டைப்புண் ஆறும்.



113. புங்க மரம்

வேறு பெயர்கள்: *புங்கு, புன்கு, கரஞ்சம், பூந்தி, கரஞ்சகம், புங்கை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Pongamia Pinnata (Old Name: Pongamia Glabra). **குடும்பப் பெயர்:** Fabaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Beech. **தெலுங்கு:** Ganuga. **சமஸ்கிருதம்:** Karanja. **மலையாளம்:** Punga. **ஹிந்தி:** Karanj. **கன்னடம்:** Batti.



பூ



காய்



வேர்



வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்:** *இலைகள் நீள் வட்ட வடிவத்தில் சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகளாக மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமைந்துள்ளன. மலர்கள் வெள்ளையும், கரும் ஊதா நிறமும் கலந்து காணப்படும். இலைக் கோணத்தில் ரெசிம் மஞ்சரியில் அமையப் பெற்றிருக்கும். லெகூம் என்ற இருபுற வெடிகனியைக் கொண்டுள்ளது. இதன் விதை சிறுநீரக வடிவத்தில் சற்று பெரியதாக பழுப்பு கலந்த வெள்ளை நிறத்தில் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பூ, விதை, வேர், எண்ணெய்.* **சுவை:** *கைப்பு, துவர்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *புங்கம் வித்தில் Pongamia Oil என்ற கொழுப்பு எண்ணெய் உள்ளது. இதன் இலையிலும் பட்டையிலும் கசப்பு ஆல்கலாய்டு உள்ளது. இதன் கொழுப்பு எண்ணெயில் Karanjin என்ற வேதிப் பொருள் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, அழுகலகற்றி, உடல் தேற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கால்புண், காது நோய்கள், கண் நோய்கள், வயிற்றுப் போக்கு, இருமல், கிரந்தி,*

கரப்பான், வாத, பித்த, கப நோய்கள், சர்க்கரை நோய், உள்சூடு, தோல் நோய்கள் நீங்கும்.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. புங்கப்பூவை நிழலில் உலர்த்தி நெய்யிலே வறுத்துப் பொடியாகச் செய்து 1 கிராம் வீதம் காலை, மாலை 80 முதல் 120 நாட்கள் தேனுடன் கலந்து உட்கொள்ள சர்க்கரை நோய், புண்கள், உட்சூடு நீங்கும். மீன், கருவாடு, புகை, புளி, உடலுறவு கண்டிப்பாக தவிர்க்க வேண்டும்.

2. புங்கயிலை, கருவேப்பிலை, வேப்பிலை, மாவிலை வகைக்கு 5 கிராம் எடுத்து அத்துடன் மிளகு, சுக்கு, இந்துப்பு, சீரகம் வகைக்கு 2 கிராம் 500 மி.லி. நீரில் போட்டு 250 மி.லி. யாகக் காய்ச்சி 60 மி.லி. வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர உள்சூடு, மாந்தம், பித்த நோய்கள், வயிற்றுப் போக்கு, இருமல் முதலியன தீரும்.

3. புங்கம் பூ, புளியம் பூ, சீரகம், வசம்பு, வெட்பாலையரிசி, உள்ளி, நன்னாரி வகைக்கு 20 கிராம், பசும்பால் 350 மி.லி. எண்ணெய் 700 மி.லி. இவற்றை சேர்த்துக் காய்ச்சிக் கொடுக்க 18 வித கரப்பான் நோய்களும் குணமாகும்.

4. புங்கம் வேரைத் தோல் நீக்கி, மெல்லியதாகச் சீவி பால் பிழிந்து அத்துடன் சமபங்கு தேங்காய்ப்பால் சேர்த்துக் காய்ச்சி, அதை மெல்லிய துணியால் நனைத்து, ஆறாத புண்கள், பிளவை, மேகப் புண்கள் ஆகியவற்றிற்குப் போட்டுவர விரைவில் ஆறிப்போகும்.

5. புங்கவேர், சங்கன் வேர், ஆமணக்கு வேர் வகைக்கு 20

கிராம் எடுத்து பூண்டுச்சாறு 250 மி.லி. விளக்கெண்ணெய் 1 லிட்டர், கடுகுரோகிணி 5 கிராம், வாதமடக்கி வேர்ப்பட்டை 10 கிராம் வீதம் கொடுத்து வர சொறி, சிரங்கு, புண், புரை மற்றும் அனைத்துவித தோல் நோய்களும் நீங்கும்.



114. பூவரசு



வேறு பெயர்கள்: *புவிராஜன், பூளம், பூவனம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Thespesia Populnea. **குடும்பப் பெயர்:** Malvaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Portia Tree. **தெலுங்கு:** Puvarasa. **சமஸ்கிருதம்:** Gardha. **மலையாளம்:** Puvarasa. **ஹிந்தி:** Paras-Pipal.

வளரியல்பு: *மரம்.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *நீள்வட்டமான தனி இலைகள் நுனியில் கூர்மையாக இருக்கும், மாற்றிலை அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இலைக் கோணங்களில் அமைந்த மஞ்சள் நிற தனி மலர்கள் காணப்படும். இம் மஞ்சள் நிறப் பூ மலர்ந்து பிறகு சிவப்பு நிறமாக மாறி பின் உதிரும். சைகோகார்ப் வகை கனி காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பூ, காய், விதை, பட்டை,*

வேர். **சுவை:** *கைப்பு*. **தன்மை:** *வெப்பம்*. **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் விதையில்* Phosphoric Acid, Huile Amere Oil *(அடர் சிவப்பு நிற எண்ணெய்) போன்றவை உள்ளன. பட்டையில் சிவப்புநிற ரெசின் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *புழுக்கொல்லி, தூய்மையாக்கி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *புண், காணாக்கடி, பெருவயிறு, வீக்கம், சொறி, சிரங்கு, வெள்ளை, அரிப்பு, தோல் நோய்கள் நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பூவரசு இலையை நீர் விட்டரைத்து, லேசாக வதக்கிக்கட்ட வீக்கங்கள் குணமாகும்.

2. 200 கிராம் பூவரசம்பட்டையை இடித்து 1 லிட்டர் நீரில் இட்டு கொதிக்க வைத்து 250 மி.லி.யாகச் சுருக்கி தினமும் காலை, மாலை கொடுத்துவர பெருவயிறு, காணாக்கடி, வயிறு வீக்கம் முதலியன தீரும்.

3. பூவரசம் பூவை அரைத்துப் பூச சொறி, சிரங்கு, தோல் நோய்கள் மட்டுப்படும்.

4. பூவரசம் பட்டையால் தயாரிக்கப்படும் எண்ணெயைத் தடவி வர வெள்ளை, தோல் நோய்கள் குணமாகும்.

5. பூவரசம்பட்டை 100 கிராம், இந்துப்பு 100 கிராம், சீமைக்காய்ச்சுக்கட்டி 100 கிராம் மூன்றையும் உலர்த்தி பொடி செய்து பெண் மாதவிலக்கான முதல் நாளி லிருந்து ஏழாம் நாள்வரை 2 கிராம் வீதம் வெந்நீரில் கலந்து காலையில் வெறும் வயிற்றில் கொடுத்து பத்திய

உணவாக பால், மோர், மிளகுரசம், பருப்புத் துவை யல் மட்டும் சாப்பிட, 6 மாதம் முதல் 1 வருடம் வரை குழந்தை பிறக்காது.

6. பூவரசம் இலைப் பழுப்பை உலர்த்தி நெருப்பில் கருக்கி பொடி செய்து தேங்காய் எண்ணெயில் கலந்து போட்டுவர ஊறல், சொறி, சிரங்கு, கரப்பான், அரிப்பு குணமாகும்.

7. 100 ஆண்டுகளுக்கும் மேலான மரத்தின் பூ, காய், பட்டை ஆகியவற்றை சமஅளவு பொடி செய்து தினமும் 2 வேளைகள் 5 கிராம் வீதம் தொடர்ந்து சாப்பிட்டுவர நாளடைவில் அனைத்துவித தோல் நோய்களும் நீங்கும்.



115. பூனைக்காலி



வேறு பெயர்கள்: *மற்கடி, கண்டூதி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Mucuna Pruriens. **குடும்பப் பெயர்:** Fabaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Cowage Plant. **தெலுங்கு:** Duba Goudi. **சமஸ்கிருதம்:** Atmagupta. **மலையாளம்:** Naikoruna. **ஹிந்தி:** Kawanch. **கன்னடம்:** Kadavare.

வளரியல்பு: *கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:**

கூட்டிலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் காணப்படும். மலர்கள் ரெசிம் மஞ்சரியில் அமையப் பெற்றிருக்கும். லெகூம் வகை கனி காணப்படும். அதில் விதைகள் கருப்பு நிறத்தில் அவரை விதைபோல விளிம்பு சூல் ஒட்டமைவில் அமைந்து காணப்படும். இவ்விதை மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப்படுகின்றது.

பயன்படும் பகுதி: *விதை, வேர், சுணை.* **சுவை:** *துவர்ப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *விதையில் டானிக், கொழுப்பு எண்ணெய் உள்ளன. மேலும்* Mucunine, Mucunadine *ஆகிய ஆல்கலாய்டுகளும் உள்ளன. விதையில்* Parkinsonism *என்ற நோயை ஓரளவிற்கு கட்டுப்படுத்தும் தன்மைஉடைய முக்கிய வேதிப் பொருளான* L-Dopa (Dihydroxy Phenyl Alanine) *எனும் அமினோ அமிலம் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, நரம்புரமாக்கி, காமம் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கற்றாழை நாற்றம், ரத்த பேதி, வெள்ளை, வெட்டை, ரத்த சோகை, வயிற்றுப் புழு, கரப்பான், ஆண்மைக் குறைவு முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பூனைக்காலி காயின் மீது மூடியிருக்கும் சுணையை தேன் அல்லது பனைவெல்லத்துடன் கலந்து கொடுக்க வயிற்றுப்புழு வெளிப்படும்.

2. பூனைக்காலி விதையை நன்கு உலர்த்திப் பொடி செய்து 1/2 முதல் 1 கிராம் வீதம் பாலில் கலந்து

கொடுத்துவர வெள்ளை, வெட்டை நீங்கி ஆண்மை உண்டாகும்.

3. பூனைக்காலி வேரை குடிநீரிட்டு தேன் கலந்து சாப்பிட காய்ச்சலால் ஏற்படும் வாத, பித்த, கபநோய்கள் குணமாகும்.

4. பூனைக்காலி விதைப் பொடியுடன் சமஅளவு சிறு நெருஞ்சில் விதைத்தூள் கலந்து 3, 4 கிராம் வீதம் பாலில் கலந்து கொடுத்துவர ஆண்மைக்குறைவு நீங்கும்.

5. பூனைக்காலி வேரை அரைத்துப் பற்றிட வீக்கங்கள் மறையும்.

6. பூனைக்காலி காயை விதை நீக்கி நன்றாகக் காயவைத்து இடித்து குடிநீரிட்டு, வடிகட்டி அதில் சிறிது காட்டாத்திப் பூவைச் சேர்த்து 40 நாட்கள் புதைத்து வைத்து பின் எடுத்து தக்க அளவில் கொடுத்துவர ரத்தசோகை (ரத்தமின்மை) தீரும். கை, கால் வீக்கமும் குணமாகும்.

7. 300 கிராம் பூனைக்காலி விதையை 1 லிட்டர் பசும்பாலில் போட்டு பால் வற்றும் வரை காய்ச்சி விதையை எடுத்து உலர்த்திப் பொடி செய்துபின் நெய்விட்டு லேசாக வறுத்து, சர்க்கரை 2 பங்கு சேர்த்து, லேகிய பதமாகக் கிளறி எடுத்து 5 கிராம் வீதம் உருட்டி தேனில் ஊறவைக்கவும். இந்த உருண்டையை தினம் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர வெற்றை, வெட்டை, பெரும்பாடு பாரிச வாதம் நீங்கும். உடல் பலம் பெறும்.





116. பெருங்காயம்

வேறு பெயர்கள்: *இங்கு, வல்லீகம், இராமடம், காயம், அத்தியா கிரகம், இரணம், பூத நாசம், கந்தி, சந்து நாசம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Ferula Asafoetida. **குடும்பப் பெயர்:** Umbelliferae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Asafoetida. **தெலுங்கு:** Inguva. **சமஸ்கிருதம்:** Hingu. **மலையாளம்:** Perungayam. **ஹிந்தி:** Hing. **கன்னடம்:** Ingu.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *மிகப்பெரிய வேர்கள் கொண்டு உயரமாக வளரும் தாவரம். இலைகள் இரு வகையானவை. கீழ்ப் பகுதி இலைகள் ஒற்றையாக நீள்வட்ட வடிவத்தில் காணப்படும். மேற்பகுதி இலைகள் அதிகமான பிரிவுகளுடன் காணப்படும். இளம் தளிர் இலைகள் அடர்த்தியான மயிரிழைகளுடன் காணப்படும். மஞ்சள் நிற பூக்கள் அம்பல் மஞ்சரியில் காணப்படும். கிரிமோகார்ப் வகை கனி உடையது. இதன் தண்டும், வேரும் சேரும் இடத்தில் வெட்டினால் பால் மஞ்சள் நிற பிசின் கிடைக்கும். இதுதான் பெருங்காயம்.*

பயன்படும் பகுதி: *பிசின்.* **சுவை:** *கைப்பு, கரகரப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்:* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *பெருங்காயத்தில் நறுமண எண்ணெய், கந்தகச் சத்து, ஃபெருவிக் அமிலம்,* Umbelliferone *ஆகிய வேதிப் பொருட்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *வெப்பமுண்டாக்கி, காமம் பெருக்கி, ருது உண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *பல்நோய்கள், பாம்பு, தேள் விஷங்கள், மந்தம், ஏப்பம், வாதம், சூதக வாயு, குன்மம், பெருவயிறு, சூதகச் சூலை, இரத்தத்திலுள்ள நுண்கிருமி, கபத்தினால் ஏற்படும் வலிகள், உடல்கடுப்பு, கோழை, மலச்சிக்கல், சிறுநீர்க் கட்டு முதலியன குணமாகும். காமத்தைப் பெருக்கும். பெண்களுக்கு ருது உண்டாக்கும். இதைப் பச்சையாக உபயோகித்தால் வாந்தியை உண்டாக்கும். தலை சுற்றும். பித்த நோய்களை உண்டு பண்ணும். எனவே பொரித்து உபயோகிக்க வேண்டும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பெருங்காயத்தை நீர்விட்டு அரைத்து, பின் நீரில் கலந்து உள்ளுக்குக் கொடுக்க அல்லது எனிமா மூலம் ஆசன வாயில் செலுத்த, குழந்தைகள் மற்றும் பெரியோர்களுக்கு வயிற்றுள் தோன்றும் பூச்சிகள் வெளிப்படும்.

2. பெருங்காயத்துடன் வெள்ளைப் பூண்டு, பனைவெல்லம் சேர்த்து காலை வேளையில் கொடுத்துவர பெண்களுக்கு பிரசவத்திற்குப் பின் உள்ள அழுக்கு வெளிப்படும்.

3. பெருங்காயத்தை நீர்விட்டு அரைத்து குழந்தைகளின் மார்பில் பற்று இட, கக்குவான் குணமாகும்.

4. பெருங்காயம், கற்பூரம், மிளகு இவற்றை பொடி செய்து கொடுக்க பல்வலி, ஒற்றைத் தலைவலி நீங்கும்.

5. சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, சீரகம், ஓமம், கறிவேப்பிலை, இந்துப்பு இவற்றை சமபங்கு எடுத்து அதில் கால்பங்கு சேர்த்து உண்ண மந்தம், வயிறு உப்பிசம் முதலியன நீங்கி ஜீரணத்தையும், பசியையும் உண்டு பண்ணும்.

6. பெருங்காயத்துடன் வாலந்திர போளம், மிளகு இவற்றை சேர்த்துக் கொடுக்க சூதகக் கட்டு குணமாகும்.

7. பெருங்காயத்தை எண்ணையிலிட்டுக் காய்ச்சி ஓரிரு துளிகள் காதில் போட காது வலி நீங்கும்.

8. பெருங்காயத்தை நீர்விட்டரைத்துப் பூச தேள்கடி, படைகள் குணமாகும்.

9. பெருங்காயத்துடன் உளுந்து சேர்த்து பொடி செய்து தீயிலிட்டு புகைக்க இரைப்பு மற்றும் உப்பிசம் தீரும்.

10. 1/2 கிராம் பெருங்காயத்தை பனைவெல்லத்துடன் சேர்த்து உண்டுவர ஜன்னி, இரத்தக்கட்டு, வலிப்பு, வயிற்று வலி, அஜீரணம், தொண்டைக் கம்மல், கீல் வாதம், வாத நோய்கள், குடல் புழுக்கள், வெறிநாய்க்கடி, பேதி, தலைநீரேற்றம், வயிற்றுப் பொருமல் முதலியன நீங்கும்.



117. பொடுதலை



வேறு பெயர்கள்: *பூற்சாதம், பொடுதாலை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Phyla Nodiflora (Old Name: Lippia Nodiflora). **குடும்பப் பெயர்:** Verbenaceae.

தெலுங்கு: Bokkana. **சமஸ்கிருதம்:** Vashira. **மலையாளம்:** Kamatippli. **ஹிந்தி:** Bakkan. **கன்னடம்:** Nelahippali.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள் விளிம்பில் பற்கள் கொண்டு, சொரசொரப்பாக, கரண்டி வடிவத்தில் வட்ட இலை அடக்கத்தில் காணப்படும். கருஞ்சிவப்புடன் கூடிய வெண்ணிறமான மலர்கள் சிர மஞ்சரியில் காணப்படும். கடினமான உள் உறையைக் கொண்ட ட்ரூப் கனியுடையது. விதைகள் நுண்ணியவை.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, காய்.* **சுவை:** *கைப்பு, துவர்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதில் Tannin மற்றும் சிறிதளவு கசப்பு ஆல்கலாய்டு ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *உள்ளழலாற்றி, துவர்ப்பி, வீக்கங்கரைச்சி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சீதக்கழிச்சல், வயிற்றுப்போக்கு, இருமல், வெள்ளை, வாத நோய்கள், சூலை, கோழை முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. பொடுதலை இலையுடன் கருவேப்பிலை, புதினா, இஞ்சி, கொத்தமல்லி சேர்த்து துவையலாக்கி சுடு சோற்றில் நெய்யுடன் சாப்பிட சுவாசக் கோளாறுகள், மார்புச் சளி மற்றும் கப நோய்கள் குணமாகும்.

2. பொடுதலை இலையை வதக்கி நீர்விட்டு கொதிக்க வைத்து பின் வறுத்துக் கொடுக்க சீதக் கழிச்சல், சூலை, இருமல், வெள்ளை, மாந்தம், வாத நோய்கள் நீங்கும்.

3. பொடுதலை இலையுடன் சம அளவு சீரகத்தை அரைத்து 10/20 கிராம் வீதம் எருமைத் தயிர் அல்லது வெண்ணெயுடன் கொடுக்க வெள்ளை, வெட்டைச் சூடு முதலியன தீரும்.

4. பொடுதலை இலையை வதக்கி, வறுத்த ஓமத்துடன் சேர்த்தரைத்து, நீர்விட்டு கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி ஒரு சங்கு அளவு கொடுக்க குழந்தைகளின் கழிச்சல் நிற்கும்.

5. பொடுதலை இலையுடன் உப்பு, மிளகு, சீரகத்தை நெய்யில் வதக்கிச் சாப்பிட சீதபேதி, வயிற்றுப்புண் ஒரு சில தினங்களில் குணமாகும்.

6. பொடுதலை இலையை நீர்விட்டு அரைத்து கொப்புளங்கள் மீது பற்றிட அவைகள் பழுத்து உடையும். மேலும் புண், அக்கி, நெறிக்கட்டி, வீக்கம் போன்றவற்றின் மீதும் பூசலாம்.

7. பொடுதலை இலையை துவையலாக்கி உண்டு வர உள் மூலம் நீங்கும்.

8. பழைய அரிசியுடன் பொடுதலையின் காயை சேர்த்து நீர்விட்டு சூடாக்கி முதல் கொதி வந்தவுடன் வெந்த அரிசியை உலர்த்தி நொய்யாக்கி குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க மாந்தம் குணமாகும்.

9. பொடுதலை இலை மற்றும் காயின் சாறு எடுத்து அதனுடன் மிளகு, எண்ணெய் சேர்த்து வெயிலில் வைத்து சாறு சுண்டி எண்ணெய் மாத்திரம் தங்கிய பின், அதைத் தலையில் தேய்த்து குளித்துவர பொடுகு நீங்கும். இதனாலேயே இதற்குப் பொடுதலை என்ற பெயர் உண்டாயிற்று.



118. மஞ்சணத்தி



வேறு பெயர்கள்: *நுணா, தணக்கு, நுணவு, மஞ்சணாத்தி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Morinda Tinctora. **குடும்பப் பெயர்:** Rubiaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Mulberry. **தெலுங்கு:** Maddi-Chettu. **சமஸ்கிருதம்:** Achuka. **மலையாளம்:** Kadappilava. **ஹிந்தி:** Achhi. **கன்னடம்:** Tagate Mara.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள் எதிரிலை குறுக்கு மறுக்கு அடுக்கத்தில் இருக்கும். வெண்ணிற மலர்கள் இலைக்கோணத்தில் 'சைம்' வகை மஞ்சரியில் அமையப் பெற்றிருக்கும். மரப்பட்டை தடிப்பாக வெளிர் மஞ்சள் நிறமாக, உதித்த வடுக்களுடன் காணப்படும். காய்கள் முண்டுகளுடன் சிறு கண்களுடன் கூடியவை. கருநீலநிறமான பழங்கள். கட்டையில் உட்புறமும் மஞ்சள் நிறமாக இருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, காய், பட்டை, வேர்.* **சுவை:** *கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் கட்டையில்* Morindin *எனும் கிளைக்கோசைட் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *வீக்கம் நீக்கி, ருது உண்டாக்கி, வெப்பமகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கரப்பான், கபஜுரம், புண், மந்தம், மேகம், இடுப்பு வலி, தொண்டை நோய்கள், வெண்புள்ளி முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. மஞ்சணத்தி இலைச் சாற்றுடன் நொச்சியிலைச் சாறு, பொடுதலைச் சாறு, வேலிப் பருத்தியிலைச் சாறு சம அளவு கொடுக்க சகல மாந்தமும் குணமாகும்.

அளவு: 6 மாதக் குழந்தைக்கு 40-50 சொட்டுகள்.
1 2 வயது வரை 10-25 மி.லி.
3 வயதுக்கு மேல் 30 மி.லி.

உப்பு, புளிப்பு, கார வகைகளைத் தவிர்த்து, எளிதில் ஜீரணிக்கக் கூடிய உணவை உண்ண வேண்டும்.

2. மஞ்சணத்தி இலையுடன் பொடுதலையிலை, ஓமம், நொச்சியிலை, நல்வேளைவேர், வசம்பு, பூண்டு இவற்றை நறுக்கி வறுத்துக் குடிநீர் செய்து கொடுக்க மாந்தம் நீங்கும்.

3. மஞ்சணத்தி வேரைக் கஷாயமாக்கிக் கொடுக்க மலச்சிக்கல் தீரும்.

4. மஞ்சணத்தி இலைக் கற்கம், நல்லெண்ணெய் சம எடை எடுத்துக் காய்ச்சி, இறக்கி, கற்கத்தை உள்ளுக்கும் எண்ணெயை வெளியிலும் தடவ வெண்புள்ளி நீங்கும்.

5. மஞ்சணத்திக் காயுடன் சமஅளவு உப்பை அரைத்து புடமிட்டு பொடி செய்து பற்பொடியாக உபயோகிக்க பல் நோய்கள் நீங்கி பற்கள் பலப்படும்.

6. மஞ்சணத்திக் காயைப் பிழிந்து சாறு எடுத்து தொண்டையில் பூச, தொண்டை நோய்கள் தீரும். மணப்பாகு செய்தும் குடிக்கலாம்.

7. மஞ்சணத்தி இலையையும் பழத்தையும் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க கர்ப்பப்பை கோளாறுகள் தீரும்.

8. மஞ்சணத்திக் காயை ஊறுகாய் செய்து தினமும் உண்டுவர எல்லா நோய்களும் நீங்கி உடல் பலப்படும்.



119. மஞ்சள்



வேறு பெயர்கள்: *அரிசனம், நிசி, பீதம், காஞ்சனி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Curcuma Longa. **குடும்பப் பெயர்:** Zingiberaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Turmeric. **தெலுங்கு:** Pasupu. **சமஸ் கிருதம்:** Haridara. **மலையாளம்:** Manjal. **ஹிந்தி:** Haldi. **கன்னடம்:** Arsina.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *மஞ்சள் நிறமான மட்ட நிலத்தண்டு கிளைத்து இருக்கும். நீண்டு, ஈட்டி வடிவமான இலைகள் கொண்ட தண்டுகள் அற்ற தாவரம். இலையடிப் பகுதியில் உறை போன்று உருண்டையாக இருக்கும். மலர்க்கொத்துக்கள் 1/2 அடி*

வரை உயரமான கதிரில் தோன்றுகின்றன. பெரிய இளஞ்சிவப்பு நிறமான மலர்கள் காணப்படும்.

பயன்படும் பகுதி: *மட்ட நிலத்தண்டு.* **சுவை:** *கார்ப்பு, கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *மஞ்சள் கிழங்கில்* Turmeric Oil *என்ற நறுமண எண்ணெயும்,* Curcumin *என்ற ஆல்கலாய்டும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *மணமூட்டி, ஈரல் தேற்றி, அகட்டுவாய்வகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *உடலில் பூசிக் குளிக்க, உடலுக்கு பொன்னிறம் தரும். புலால் நாற்றத்தை நீக்கும். ஆண்களின் மனதைக் கவரச் செய்யும். பசியை உண்டு பண்ணும். வாந்தி, வாத, பித்த, கபம், வியர்வை, தேவையற்ற முடி நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. மஞ்சளை நீர் விட்டரைத்து உடலில் பூசி குளித்து வர உடலில் உள்ள நீங்காத புலால் நாற்றம் நீங்கும். உடல் பொன்னிறம் பெறும். கற்றாழை நாற்றம், முகத்தில் உண்டாகிய நோள்கள், கபம், வியர்வை, தேவையற்ற முடி நீங்கும்.

2. மஞ்சள் கலந்த நீரைப் பருகிவர காமாலை குணமாகும்.

3. மஞ்சளுடன் ஆடாதோடையிலையைச் சேர்த்து பசுவின் நீரை விட்டரைத்துப் பூச சொறி, சிரங்கு, நமைச்சலுடன் கூடிய படைகள் ஒழியும்.

4. மஞ்சளுடன் சமஅளவு வேப்பிலையை நீர்விட்டரைத்து பற்றுப்போட அம்மைக் கொப்புளங்கள்,

சேற்றுப்புண், நாட்பட்ட புண்கள் ஆறும்.

5. மஞ்சளைச் சுட்டு புகையை முகர்ந்துவர மண்டை நீர், மூக்கடைப்பு, தலைவலி, நீர் ஏற்றம் முதலியன தீரும்.

6. மஞ்சள் 1 துண்டுடன் வசம்பு 1, சிறிது கற்பூரம், மருதாணி இலை 10 கிராம் ஆகியவற்றை அரைத்துக் கட்டி வர 10-15 நாட்களில் கால் ஆணி வலி குணமாகும்.

7. பச்சை மஞ்சளின் இரசத்தைப் பூச, அட்டைக் கடி, விஷம், காணப்புண், வீக்கம், புண் இவைகள் நீங்கும்.

8. மஞ்சளை சுண்ணாம்புத் தெளிநீரில் ஊறவைத்து பின் உலர்த்தி பொடி செய்து 3-5 கிராம் எடுத்து வெந்நீர், தேன், பால் ஏதேனும் ஒன்றுடன் கலந்து கொடுக்க வறட்டு இருமல், ஜுரம், காலரா, சோகை, வலி, தோல் நோய், அஜீரணம், வெட்டை தீரும்.



120. மருது

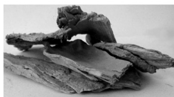
வேறு பெயர்கள்: *அருச்சுனம், சுரபம், பூதலம், பூலத்தி, இந்திரன்பார், வெள்ளை மருதமரம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Terminalia Arjuna. **குடும்பப் பெயர்:** Combretaceae.

தெலுங்கு: Maddi. **சமஸ்கிருதம்:** Arjuna. **மலையாளம்:** Marutha. **ஹிந்தி:** Arjuna. **கன்னடம்:** Kaidaryavu.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தனி இலைகள், காம்பற்ற மலர்கள், ஒருபால் மலர் உடையவை. பலகோணங்களை உடைய ட்ரூப் வகைகனி,*



பட்டை இலை பழம்





ஒரே ஒரு விதையுடன் காணப் படும். இதில் வெண்மை, செம்மை என இரு வகை களுண்டு. ஆனால் இவ்விரண்டின் பண்புகளும் ஒன்றே.

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பழம், வித்து, பட்டை.* **சுவை:** *துவர்ப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இம்மரப் பட்டையில்* Arjunine, Arjunetin, Tannin, Sitosterol, Ellagic Acid, Triterpenoids, Arjunic Acid *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *உரமாக்கி, தமரக வெப்பமுண்டாக்கி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இஃது நீரிழிவு, வெள்ளை, மயக்கம், நீர் வேட்கை, சுரத்திலுண்டாகும் மயக்கம், கிருமி, வயிற்றுநோய், வறட்சூலை, பெருநோய் ஆகியவற்றைப் போக்கும். தமரகத்தை வன்மைப் படுத்தும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. 10 கிராம் இலையை 150 மி.லி. பாலில் அரைத்து கலக்கி, தினம் இருவேளை மூன்று தினம் பத்தியத்துடன் சாப்பிட்டுவர பித்த வெடிப்பு நீங்கும்.

2. இதன் பழத்தை நன்றாக அவித்து பிசைந்து, புண்களின் மீது வைத்துக் கட்டிவர கொடிய புண்களெல்லாம் சீக்கிரம் குணமாகும்.

3. இதன் பட்டையைப் பொடி செய்து மூக்கிலிட தலைவலி குணமாகும்.

4. இப்பட்டையை ஒன்றிரண்டாக இடித்து 2 டம்ளர் நீர் விட்டு 1 டம்ளராகக் காய்ச்சி அதனை வைத்து புண்களைக் கழுவிவர அவை சீக்கிரத்தில் உலரும்.

5. மருதம்பட்டை, அரசம்பட்டை, வில்வப்பட்டை வகைக்கு 35 கிராம் சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, இலவங்கப் பட்டை வகைக்கு 20 கிராம் இவற்றை ஒன்றிரண்டாக இடித்து 1-5 லிட்டர் நீர்விட்டு 150 மி.லிட்டராக காய்ச்சி வடித்து, 60 மி.லி. வீதம் காலை, மாலை கொடுத்துவர கழிச்சல் குணமாகும். தமரகத்தை வன்மைப்படுத்தும்.



121. மருதாணிச்செடி



வேறு பெயர்கள்: *மருதோன்றிச் செடி, அழவணம், சரணம், ஐவணம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Lawsonia Inermis. **குடும்பப் பெயர்:** Lythraceae.

விதை



இலை



பூ



ஆங்கிலப் பெயர்: Henna Plant. **தெலுங்கு:** Goranta. **சமஸ்கிருதம்:**

Kurantaka. **மலையாளம்:** Marutoni. **ஹிந்தி:** Mehendi. **கன்னடம்:** Gorantte.

வளரியல்பு: *புதர்ச்செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *ஈட்டி வடிவமான தனி இலைகள் எதிரிலை அடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். வெண்மை, இளமஞ்சள் அல்லது இளஞ்சிவப்பு நிறமான சிறிய மள பல விதைகளுடன் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பூ, விதை, பட்டை.* **சுவை:** *துவர்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *இலையில் Lawsone என்ற சாயப்பொருளும், குளுக்கோசைடும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, புண்ணழுக்ககற்றி, நாற்றமகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *குடைச்சல், தலை நோய், கை, கால் வலி, எரிச்சல், கீல் வாயு, நகச்சுற்று, சுளுக்கு, அரிப்பு, வாய்ப்புண், முடி உதிர்தல், உறக்கமின்மை, வெண் மேகம், வெள்ளை, பெரும்பாடு, கல்லடைப்பு, காமாலை முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. மருதாணி இலையை அரைத்து தேங்காயெண்ணெயில் கலந்து பதமாகக் காய்ச்சி தினமும் தலையில் தடவி வர முடி உதிர்தல் குறைந்து செழித்து வளரும்.

2. மருதாணி இலையை நீர்விட்டு மைபோல் அரைத்துக் கட்ட நகப்புண், சுளுக்கு, புண்கள் விரைவில் குணமாகும்.

3. மருதாணிப் பூவை தலையணைக்கு அடியில் வைத்து உறங்க நல்ல தூக்கம் உண்டாகும். உடலின் அதிக வெப்பம் குறையும்.

4. மருதாணி வேர்ப்பட்டையை பாலில் அரைத்துப் பற்றுப் போட தோல் நோய்கள், வெண்மேகம் முதலியன நீங்கும்.

5. மருதாணி இலை 10 கிராமுடன் 6 மிளகு, 1 பூண்டுப் பல், 5 கிராம் மஞ்சளை மையாக அரைத்து காலையில் மட்டும் வெறும் வயிற்றில் கொடுத்து பாலும் அருந்த தோல் நோயால் ஏற்படும் அரிப்பு, நமைச்சல், சொறி முதலியன தீரும்.

6. மருதாணி இலையை அரைத்துப் பற்றுப் போட தலைவலி தீரும்.

7. மருதாணி இலையை அரைத்து நீரில் கலந்து வாய் கொப்பளிக்க வாய்ப்புண், சிறுகாயம் முதலியன குணமாகும்.

8. மருதாணி வேர்ப்பட்டையை ஊறல் குடிநீர் செய்து கொடுக்க மேற்கண்ட நோய்களும், வீக்கம், கல்லடைப்பு முதலியன நீங்கும். சுட்ட புண், மேகப்புண்களைக் கழுவ விரைவில் நிவாரணம் பெறலாம்.

9. மருதாணி இலையையும் விதையையும் சமபங்கு வெண்ணெய் போல அரைத்து துணியில் முடிந்து கருவாயில் திணித்தாலோ அல்லது இலையின் ஊறல் கஷாயத்தை கருவாயில் இயற்கை எனிமா மூலம் செலுத்தி வந்தாலோ வெள்ளை, பெரும்பாடு ஒரு வாரத்தில் குணமாகும்.

10. மருதாணி இலைச்சாறு 10 மி.லி.யை 90 மி.லி. பாலில் கலந்து கொடுக்க கைகால் வலி நீங்கும். அதை 100 மி.லி. நீரில் 5 கிராம் சர்க்கரையுடன் கொடுக்க விந்துவைப் பெருக்கும்.

11. மருதாணி இலை 25 கிராம் நன்கு அரைத்து பாலுடன் கலந்து காலையில் மட்டும் கொடுத்து பால் சோறு உண்டுவர அதிக சிறுநீர் கழித்தல், வெள்ளை, பெரும்பாடு முதலியன ஒரு வாரத்தில் குணமாகும்.



122. மணித்தக்காளி



வேறு பெயர்கள்: *மணத்தக்காளி, உலகமாதா, காகமாசி, வாயசம், காமாக்ஷி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Solanum Nigrum. **குடும்பப் பெயர்:** Solanaceae.

தெலுங்கு: Kamanchi-Chettu. **சமஸ்கிருதம்:** Kakamachai. **மலையாளம்:** Amanithakkali. **ஹிந்தி:** Mako. **கன்னடம்:** Kakmunchi.

வளரியல்பு: *சிறுசெடி.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *நீள் வட்டவடிவ தனி இலைகள் மாற்றடுக்கத்தில் அமைந்துள்ளன. இலைகள் மாற்றடுக்கத்தில் அமைந்திருப்பினும் மலர்ப்பகுதியில் எதிரடுக்கத்தி*

லுள்ளன. கணுவிடைப் பகுதியில் 'சைமோஸ்' மஞ்சரியில் வெள்ளை நிற சிறு பூக்கள் காணப்படும். கருநீலம் அல்லது ஆரஞ்சு கலந்த சிவப்பு நிறத்தில் கோள வடிவமான பெர்ரி வகை சதைக் கனி காணப்படும்.

பயன்படும் பகுதி: *இலை, காய்.* **சுவை:** *இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *தண்டு, இலை, விதைகளில்* Solanine *எனும் ஆல்கலாய்டும், சாப்போனினும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *சிறுநீர்ப் பெருக்கி, வியர்வைப் பெருக்கி, கோழையகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *சிறுநீரையும், வியர்வையையும் பெருக்கும், கோழையை அகற்றி உடலைத் தேற்றும். உட்சூட்டைத் தணிக்கும். உதடு, நாக்கு, உள் தாடை, தொண்டைப் புண் மற்றும் வயிற்றுப் புண்ணை ஆற்றும். மலச்சிக்கல், விஷநீர், வாத நோய்களைப் போக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. மணித்தக்காளிக் காயை கறியாகவோ அல்லது வேறு விதமாகவோ உண்டு வந்தால் மார்புக் கோழை, இருமல், இரைப்பு (T.B.) *முதலியன தீரும்.*

2. மணித்தக்காளி இலைச் சாறு 30 மி.லி. வீதம் தினம் 3 வேளைகள் கொடுத்துவர சிறுநீர்க்கட்டு நீங்கும். நீர்ப்பாண்டு, வாய்ப்புண், வயிற்றுப்புண், பெருவயிறு, உட்சூடு முதலியன குணமாகும்.

3. மணத்தக்காளிக் காயை உலர்த்தி வற்றல் செய்து நெய் அல்லது நல்லெண்ணெயில் வறுத்தோ அல்லது குடிநீரிட்டோ கொடுத்து வர வாந்தியைப் போக்கும். கோழையையும் மலச்சிக்கலையும் நீக்கும். சுவையின்மை மாறும்.

4. இலையை ஒரு வாரம் தொடர்ந்து பருப்புடன் கலந்து கொடுத்து வர பாம்பு, தேள் மற்றும் விஷக்கடிகளின் தோஷம் நீங்கும்.

5. சதா நோயுடன் இருப்பவர்கள், மலச்சிக்கல், வயிற்றில் கிருமி உடையவர்கள் இரவு சாப்பாட்டில் உபயோகிக்க விரைவில் நலம் பெறுவர்.



123. மாசிக்காய்



புற்று



தாவரவியல் பெயர்: Quercus Infectoria. **குடும்பப் பெயர்:** Fagaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Magic nuts, Oakgalls. **தெலுங்கு:** Machikkaya. **சமஸ்கிருதம்:** Machika. **மலையாளம்:** Masikkaya. **ஹிந்தி:** Mazhuphal. **கன்னடம்:** Machi-Kayi.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இது கிரீஸ் நாட்டை சார்ந்த மரத்தின் புற்று.* Adleria Galloetinctoriae *எனும் பூச்சி இம் மரத்தின் கிளைகளில் குருத்துப்*

பக்கத்தில் முட்டைகளை இடுகின்றது. இம்முட்டையிலிருந்து லார்வா இளம் கிளைகளில் புறத்தோல் செல்வரை ஊடுருவிப் புறத்தோல் செல்லுக்குள் செல்கிறது. இந்த லார்வாவின் வாயிலிருந்து வெளிப்படும் சுரப்பி நீர் இந்த லார்வாவைச் சுற்றியுள்ள பாரன்கைமா திசுவை வளரத் தூண்டுகிறது. பின் இந்த லார்வாவைச் சுற்றி பாரன்கைமா திசு வளர்ந்து ஓர் உருண்டை வடிவத் தாவரப் புற்றாக வளர்ச்சி அடைகின்றது. இத்தாவரப் புற்றின் நடுவிலுள்ள வெற்றிடத்தில் வளர்கின்ற லார்வா, 5 முதல் 6 மாதங்களின் பூச்சியாக வளர்ந்து தாவர புற்றில் துவாரமிட்டு வெளியேறும். இது வெளியேறும் முன் சேகரிக்கப்படும் புற்றுதான் மருத்துவப் பயன் மிக்கது. இது கருமை, நீலம், வெண்மை என மூன்று வேறுபாடுகளுடையது.

பயன்படும் பகுதி: *புற்று.* **சுவை:** *துவர்ப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *இப்புற்றில்* Gallotannic Acid, Ellagic Acid, Gallic Acid, Sugar, Starch *ஆகிய வேதிப் பொருட்கள் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, குருதிப் போக்கடக்கி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இப்புற்றினால் நீங்காத உட்சூடு, குழந்தைகளின் கணச்சூடு, பலவகை மேகம் குணமாகும். உடலுக்கு வன்மை தரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. மாசிக்காய்த் தூள் 25 கிராமுடன் 50 மி.லி. நீர் சேர்த்து 10 நிமிடங்கள் காய்ச்சி வடிகட்டி அதில் 2-3 கிராம்

வரையில் கொடுக்க மாந்தம், பெருங்கழிச்சல், வெட்டை குணமாகும்.

2. மாசிக்காய்த் தூள் 1 தேக்கரண்டி எடுத்து 2 டம்ளர் நீர் சேர்த்து 1 டம்ளராக குறுக்கி காய்ச்சி வடிகட்டி அந்நீரினால் வாய் கொப்பளிக்க வாய்ப்புண் குணமாகும். புண்களைக் கழுவலாம், வெள்ளை நோயில் நீர்த் தாரையில் பீச்சவும், கழிச்சலுக்குப் பீச்சிடவும் பயன்படுத்தலாம்.

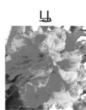
3. இதன் தூளை 500 மி.கி. அளவு தினமும் காலை, மாலை கொடுக்க பெரும்பாடு, குருதி வாந்தி, குருதியோடு கழியும் சிறுநீர், ஈறிலிருந்து வரும் இரத்தக் கசிவு ஆகியவை குணமாகும். மூக்கிலிட மூக்கில் குருதி வடிதல் குணமாகும்.



124. மாதுளை




பிஞ்சு


பூ


பழம்


விதை

வேறு பெயர்கள்: *மாதளை, பீசபுரம், மாதுளங்கம், மாதுளம், மாதுளுங்கம், மாதுலங்கம்.*

தாவரவியல் பெயர்: Punica Granatum.

குடும்பப் பெயர்: Lythraceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Pomegranate. **தெலுங்கு:** Danimma. **சமஸ்கிருதம்:** Shukhdana. **மலையாளம்:** Mathlam. **ஹிந்தி:** Anar. **கன்னடம்:** Dalimba.

வளரியல்பு: *குறுஞ்செடி, மரமாகவும் காணப்படும்.*

தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்: *அகலத்தில் குறுகிய நீளமான தனி இலைகள் எதிரிலை அடுக்கத்தில் காணப்படும். தனி மலர்கள் இரத்த சிவப்பு நிறத்தில் இலைக் கோணத்தில் காணப்படும். ஆரஞ்சு நிற உருண்டையான பழங்கள். விதைகள் சாறுள்ள தோலால் மூடப்பட்டிருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி: *பூ, பிஞ்சு, பழம், விதை, பட்டை, வேர்.*

	பூ, பழத்தோல், பட்டை	*பழம், விதை*
சுவை:	*துவர்ப்பு*	*இனிப்பு*
தன்மை:	*தட்பம்*	*தட்பம்*
பிரிவு:	*கார்ப்பு*	*இனிப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *பட்டை, பழத்தோலில்* Tannin *உள்ளது. வேர்ப்பட்டையில்* Punico - Tannic Acid *மற்றும்* Pelletierine, Isopelletierine *ஆகிய இரு ஆல்கலாய்டுகளும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, குருதிப் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இரத்த வாந்தி, வயிற்றுக் கடுப்பு, உடல்சூடு, ரத்த மூலம், உடல் பலமின்மை, ஆண்மைக் குறைவு, காய்ச்சலினால் ஏற்படும் வாந்தி, வாத, பித்த, கப நோய்கள், தாகவறட்சி, விக்கல், மந்தம்,*

கர்பப்பை கோளாறுகள், மயக்கம், இருமல் முதலியன குணமாகும்.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. மாதுளம் பூவை இடித்து சாறாக்கி 10-15 மி.லி. வீதம் தேன் அல்லது கற்கண்டுடன் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர இரத்த மூலம், உடற்சூடு, மயக்கம், மூலம், அடிக்கடி மலம் கழிக்க வேண்டும் என்ற உணர்ச்சி போன்றவை மாறும்.

2. மாதுளம் பழத்தை தினமும் சாப்பிட்டுவர ஆண்மைக் குறைவு, தாக வேட்கை, விக்கல், மாந்தம், காய்ச்சலினால் உண்டாகும் வாந்தி, காதடைப்பு, வாத, பித்த, கபத்தினால் ஏற்படும் நோய்கள், உமிழ்நீர் ஊறல், கர்ப்பப்பை கோளாறுகள் நீங்கும்.

3. மாதுளம் பழச்சாற்றை புழுவெட்டு உள்ள இடத்தில் சூடேறும்படி தேய்க்க ஒரு வாரத்திற்குள் அரிப்பு நீங்கி முடிமுளைக்கும்.

4. மாதுளைப்பூ மொக்கை உலர்த்திப் பொடி செய்து 1-2 கிராம் வீதம் கொடுத்துவர இருமல் தீரும்.

5. மாதுளம் பிஞ்சை நன்கு அரைத்து 5-10 கிராம் வீதம் உட்கொள்ள வயிற்றுப்போக்கு நீங்கும்.

6. மாதுளம் பூவை இடித்து சாறாக்கி சமபங்கு அருகம்புல் சாறு கலந்து 10-15 மி.லி. வீதம் காலை, மதியம், மாலை கொடுத்து வர மூக்கிலிருந்து ரத்தம் வடிதல் குணமாகும்.

7. மாதுளம் பழச்சாற்றுடன் கற்கண்டு சேர்த்து மணப்பாகு செய்து கொடுத்துவர உடற்சூட்டைத் தணிக்கும், காய்ச்சல், தாகவறட்சி நீங்கும்.

8. மாதுளம்பட்டைச் சாறு 20 கிராம் கொடுக்க, அது வயிற்றுப்புழுவைக் கொல்லும்.



125. மிளகு

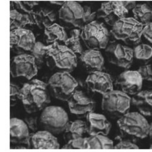
வேறு பெயர்கள்: *குறுமிளகு, மலையாளி, கலினை, கறி, காயம், கோளகம், திரங்கல், சருமபந்தம், வல்லிசம்.*



தாவரவியல் பெயர்: Piper Nigrum. **குடும்பப் பெயர்:** Piperaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Black Pepper. **தெலுங்கு:** Miriyalu. **சமஸ்கிருதம்:** Miricha. **மலையாளம்:** Kurumulaku. **ஹிந்தி:** Kali-Mirch. **கன்னடம்:** Menasu.

விதை



வளரியல்பு: *ஏறுகொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *பெரிய அகன்ற நீள்வடிவமான தனி இலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். மலர்கள் நெருக்கமாக அமைந்த ஸ்பைக் மஞ்சரியில் காணப்படும். 8 கோணங்களை உடைய சிறிய கருப்பு நிறமான ட்ரூப் வகைக் கனி, விதையில் சிறிய என்டோஸ்பெர்ம் மற்றும் மிகச் சிறிய கரு உள்ளது.*

பயன்படும் பகுதி: *விதை, கொடி.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *மிளகில்* Chavicine, Piperine, Piperidine *முதலிய ஆல்கலாய்டுகளும்* Piperetine *எனும் வேதிப் பொருளும், நறுமண எண்ணெயும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *வாதமடக்கி, நச்சு நீக்கி, வீக்கங்கரைச்சி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத நோய்களை நீக்கி உடலிற்கு வெப்பத்தைத் தரும். வீக்கம், குளிர் ஜுரம், கோழை, கழிச்சல், சுவையின்மை, வெறி, மூலம், இருமல், காதுவலி, அஜீரணம், காமாலை முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. 1/2 கிராம் மிளகுத்தூளுடன் 1 கிராம் வெல்லத்தூள் கலந்து தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர தலைவலி, தலைபாரம், பீனிசம், அஜீரணம் நீங்கும்.

2. மிளகுத்தூள் 50 கிராமை 750 மி.லி. நீரிலிட்டு 30 நிமிடங்கள் காய்ச்சி, வடிகட்டி 50 மி.லி. வீதம் தினமும் காலை, மாலை பருகிவர தொண்டைக்கட்டு, தொண்டைப்புண், வயிற்று நோய் குணமாகும்.

3. மிளகு 4 கிராம், கழற்சிப் பருப்பு 10 கிராம், பெருங்காயம் 1 கிராம் பொடி செய்து தேனில் அரைத்து சிறு மாத்திரைகளாக்கி 1 அல்லது 2 மாத்திரை வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர காய்ச்சல், யானைக்காய்ச்சல், குளிர்க்காய்ச்சல் முதலியன தீரும்.

4. மிளகுத்தூள் 50 கிராம், தேன் 250 கிராம், கசகசா 15 கிராம், தேக்கு விதைத்தூள் 70 கிராம், ஓமம் 15 கிராம் சேர்த்தரைத்து 3 கிராம் வீதம் காலை, மாலை உண்டு வர மூலநோய் குணமாகும்.

5. மிளகைப் பொடி செய்து இரண்டு கிராம் வீதம் 2 வேளைகள் தேனுடன் கலந்து உண்டுவர இருமல், கபம், அஜீரணம், வாயு, அதிக ஏப்பம் முதலியன நீங்கும்.



126. முசுமுசுக்கை

வேறு பெயர்கள்: *இரு குரங்கின் கை, மொசுமொசுக்கை, அயிலேயம், மாமூலி, ஓரி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Mukia Maderaspatana (Old Name: Mukia Scabrella). **குடும்பப் பெயர்:** Cucurbitaceae.



தெலுங்கு: Musumusukaya. **மலையாளம்:** Chitrati. **ஹிந்தி:** Agumaki.

வளரியல்பு: *கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *பற்றுக்கம்பிகளை உடைய ஏறு கொடித் தாவரம். தாவரம் முழுவதும் சொர சொரப்பான சுணைகள் கொண்டது. முக்கோண வடிவத்தில் 5 முனையுடைய தனி இலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். ஆண் மலரும், பெண் மலரும் மஞ்சள் நிறத்தில் ஒரே தாவரத்தில் மிகச் சிறியனவாக இலைக் கோணத்தில் காணப்படுகின்றன. ஒவ்வொரு இலைக்காம்பின்*

இடுக்கிலிருந்தும் பற்றுக் கம்பிகள் தோன்றும். பழம் காம்பு அற்றது. விதைகள் குழிகளுடன் கூடியவை.

பயன்படும் பகுதி: *இலை, வேர்.* **சுவை:** *துவர்ப்பு, கார்ப்பு.***தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதில் டானின் மற்றும் ஆல்கலாய்டு உள்ளன.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *இருமல், கோழை, இரைப்பு, மூக்கு நீர் பாய்தல், விஷங்கள், ஆண்மையின்மை, மந்தம், வாந்தி, மார்பு நோய்கள், பித்த நோய்கள், வயிற்று வலி முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. முசுமுசுக்கை இலைச் சாற்றுடன் சிறிது கோரோசனை சேர்த்துக் கொடுக்க மேற்கண்ட நோய்கள் நீங்கும்.

2. ஊற வைத்த புழுங்கல் அரிசியுடன் முசுமுசுக்கை இலைகளையும் சேர்த்தரைத்து,சிறிது உப்பு சேர்த்து தோசை அல்லது அடைபோல் செய்தோ அல்லது இலையை வதக்கி துவையலாக்கி உண்டாலோ நாட்பட்ட கோழைக்கட்டு, இருமல், ஈளை, ருசியின்மை, மூக்கு நோய்கள், வாசனையின்மை தீரும்.

3. முசுமுசுக்கை இலைச் சாற்றுடன் சம அளவு நல்லெண்ணெய் சேர்த்துக் காய்ச்சி வாரம் ஒரு முறை தலையில் தேய்த்து குளித்துவர ஆஸ்துமா, எலும்புருக்கி நோய், கண் எரிச்சல், உடல் எரிச்சல் குணமாகும்.

4. முசுமுசுக்கை வேரை உலர்த்திப் பொடியாக்கி அல்லது குடிநீரிலிட்டுக் கொடுக்க வாந்தி, மார்பு நோய்கள் விலகும்.

5. முசுமுசுக்கை வேர் 60 கிராம், ஆடா தோடை வேர் 40 கிராம், சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி வகைக்கு 5 கிராம், லவங்கம் 1 கிராம் சூரணித்து 1 கிராம் வீதம் கறுப்பு வெற்றிலையுடன் சாப்பிட்டு பால் அருந்தி வர நாட்பட்ட சளி வெளியேறும். நுரையீரல் நோய்கள், எலும்புருக்கி, இருமல், கபம் தீரும்.

6. முசுமுசுக்கை இலைச்சூரணம் 60 கிராம், தூதுவளைச் சூரணம் 40 கிராம் கலந்து அதில் 1 கிராம் எடுத்து அத்துடன் கருவேலம் பிசின் 1 கிராம் எடையை வெண்ணெயுடன் சேர்த்து 40 முதல் 80 நாட்கள் கொடுத்துவர இரத்த காசம், ஆஸ்துமா, எலும்புருக்கி, கப நோய்கள் குணமாகும்.



127. முள்ளங்கி

வேறு பெயர்கள்: *முள்ளங்கி, மூலபம், வெள்ளை முள்ளங்கி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Raphanus Sativus. **குடும்பப் பெயர்:** Brassicaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Radish. **தெலுங்கு:** Mullangi. **சமஸ்கிருதம்:** Mulaka. **மலையாளம்:** Mullanki. **ஹிந்தி:** Muli. **கன்னடம்:** Vili.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்:**



தனி இலைகள் மாற்றிலையடுக்கம். இலைகள் பல பிளவுகளை உடையதாகக் காணப் படும். ரெசிம் வகை மஞ்சரி மலர்கள் மலர்ந்து விரியும் நிலையில் 'கொரீம்ப்' மஞ்சரி போன்ற தோற்றமுடையது. இதன் ஆணிவேர் கிழங்குதான் முள்ளங்கி. சிலிகுவா என்ற இருபக்க வெடிகனி காணப்படும்.

பயன்படும் பகுதி: *இலை, கிழங்கு, விதை.* **சுவை:** *கார்ப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *வேர்க்கிழங்கில் 'வைட்டமின் E' உள்ளதால் புற்றுநோய் எதிர்ப்பு சக்தி உள்ளது.*

செய்கைகள்: *ஆண்மைபெருக்கி, சிறுநீர்ப்பெருக்கி, பசித்தீத்தூண்டி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வயிற்றுவலி, அஜீரணம், வாத நோய்கள், ஆண்மைக் குறைவு, கரப்பான், பல் நோய்கள், தலைவலி, இருமல், சுவையின்மை, சிலந்தி, இரைப்பு, மூலக்கடுப்பு, கப நோய்கள் தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. முள்ளங்கியை விதைத்து இரண்டு மூன்று இலைகள் துளிர்த்தவுடன் அவ்விலைகளை 10 கிராம் எடுத்து

அத்துடன் 3 கிராம் சோற்றுப்பு சேர்த்து தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர வெள்ளையினால் ஏற்படும் சிறுநீரடைப்பு நீங்கும்.

2. முள்ளங்கியை சமைத்துண்ண ஆஸ்துமா, இருமல், கப நோய்கள், அதி மூத்திரம், ஊதிய உடம்பு, சிறுநீர்க்கட்டு, வீக்கம், வயிற்றெரிச்சல், வாதம் முதலியன குணமாகும்.

3. முள்ளங்கி இலையைப் பச்சையாகத் தின்றுவர சுவையின்மை, அஜீரணம் போன்றவை தீரும்.

4. முள்ளங்கி இலைச்சாறு 5-10 மி.லி. வீதம் தினமும் காலை, மதியம், மாலை கொடுத்துவர வாத நோய்கள், மலச்சிக்கல், சூதகக் கட்டு, சிறுநீர் அடைப்பு ஆகியவை நீங்கும்.

5. முள்ளங்கி விதையை குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க மேற்கூறிய நோய்கள் விலகும்.

6. முள்ளங்கிச் சாறு 20-30 மி.லி. வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் குடித்துவர சிறுநீரகக் கோளாறுகள், சிறுநீர்த்தாரை நோய்கள் தீரும்.



128. முருங்கை

வேறு பெயர்கள்: *சிக் குரு, சோபாஞ்சனம், கிழவீ, கிரஞ்சம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Moringa Oleifera. **குடும்பப் பெயர்:** Moringaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Drumstick Tree. **தெலுங்கு:** Munaga. **சமஸ்கிருதம்:** Valkatum. **மலையாளம்:** Murinna. **ஹிந்தி:**



Sahijna. **கன்னடம்:** Nigge-Gida.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவ ரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்:** *சிறகுவடிவ கூட்டிலை கள். வெள்ளை நிறப் பூக்கள் கொத்தாகக் காணப் படும். மரக்கட்டை வலுவற்றது. மரக்கட்டையிலிருந்து சுரக்கும் பிசின் வெளிர்ந்த நிறத்தில் சுரந்து பின்னர் சிவப்பு நிறமாகும். பச்சை நிற தடிமனான நீளமான காய்கள். விதைகள் பிரமிடு போன்ற வடிவத்தில் வெள்ளை கலந்த பச்சை நிறத்தில் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *சமூலம்.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு, கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் விதையில்* Moringo Oil *(அல்லது)* Beni Oil *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *இசிவகற்றி, கோழை யகற்றி, சிறுநீர்ப் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *மலச்சிக்கல், உடல்சூடு, கண் நோய்கள், ஆண்மைக் குறைவு, கோழை, விஷம், மயக்கம், குடல் வாதம் ஆகியவை நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. முருங்கை இளம்பிஞ்சுக் காயை சமைத்து, தோலுடன் உண்டுவர எலும்பைப் பற்றிய ஜுரம், உட்சூடு, சுவை யின்மை, ஆண்மைக் குறைவு நீங்கும்.

2. முருங்கைக் கீரையை உணவாகக் கொடுத்துவர கண் நோய்கள், கப நோய்கள், அஜீரண மந்தம், பித்தம் விலகும்.

3. முருங்கை இலையோடு 2 திரிப்பூண்டு, 1 துண்டு மஞ்சள், உப்பு, மிளகு சேர்த்தரைத்து, உள்ளுக்குக் கொடுத்தும், அதையே புண்ணின் மீது பற்றிட நாய்க்கடி விஷம் நீங்கி புண் ஆறும்.

4. முருங்கை ஈர்க்கை, குடிநீர் செய்து கொடுக்க உடல்வலி, கை, கால், அசதி, மயக்கம் தீரும்.

5. முருங்கையிலையை நீர்விட்டரைத்து அச்சாறு ஓரிரு துளிகள் கண்களில் விட கண் நோய்களும், காதில் விட காது வலியும் குணமாகும்.

6. முருங்கையிலையை விளக்கெண்ணெயில் வதக்கி பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் ஒத்தடம் கொடுக்க இடுப்பு வலி, வாத வலிகள், மூட்டுவலி நீங்கும்.

7. முருங்கைப் பூவை பாலில் போட்டுக் காய்ச்சி இரவுதோறும் சாப்பிட்டுவர ஆண்மைக் குறைவு நீங்கும்.

8. முருங்கைப் பட்டையை வெந்நீரில் வேகவைத்து சாறெடுத்து ரசமாக்கி உணவுடன் கொடுத்து வர காக்கை வலிப்பு, குளிர் ஜுரம், பாரிச வாயு, சூதக ஜன்னி ஆகியவை குணமாகும்.

9. முருங்கைப் பிசினை உலர்த்தி தூள் செய்து 5 கிராம் வீதம் பாலுடன் தினமும் 2 வேளைகள் குடித்துவர அதி மூத்திரம், தாதுபலமின்மை நீங்கி, உடல் பலம் பெறும்.

10. முருங்கையிலையை நீர் விட்டரைத்துப் பற்றிட வீக்கங்கள் மறையும்.



129. முடக்கத்தான்



வேறு பெயர்கள்: *முடக் கறுத்தான், முடக்கற் றான், முடர்குற்றான்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Cardiospermum Halicacabum. **குடும்பப் பெயர்:** Sapindaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Ballon-Vine. **தெலுங்கு:** Budda-Boosara. **சமஸ்கிருதம்:** Mariavi. **மலையாளம்:** Ulinja. **ஹிந்தி:** Kanphata. **கன்னடம்:** Kanakai.

வளரியல்பு: *கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *பற்களை உடைய மூன்று சிற்றிலைகள் உடைய கைவடிவக் கூட்டிலை மாற்றிலை அடுக்கத்தில் காணப்படும். இலைக் கோணத்தில் கூட்டு ரெசிம் மஞ்சரியில் சிறு மலர்கள் அமையப் பெற்றிருக்கும். இறகு போன்ற மென்மையான கொட்டைகனி வகை காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, வேர்.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் கனியில்* Saponin *உள்ளது.*

செய்கைகள்: *சிறுநீர்ப் பெருக்கி, வாதமடக்கி, மலமிளக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *மலச்சிக்கல், நீர்க்கட்டு, அஜீரணம், வாத நோய்கள், காதுவலி, கிரந்தி, கரப்பான், கீல்வாயு போன்றவற்றை நீக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. முடக்கத்தான் இலை, வேர் முதலியவற்றை குடிநீரி லிட்டு கொடுத்துவர வாதத்தினால் ஏற்படும் மூல நோய் கள், நாட்பட்ட இருமல், மலச்சிக்கல், அஜீரணம் தீரும்.

2. முடக்கத்தான் இலையை விளக்கெண்ணெயில் வதக்கி இடித்து கட்டி வர மூட்டு வீக்கம், வாதப்பிடிப்பு, மூட்டுவலி குணமாகும்.

3. முடக்கத்தான் இலைப் பொடியுடன் சித்திர மூல வேர்ப்பட்டைப் பொடி, கரிய போளம் இவை சேர்த்து 3 நாட்கள் கொடுக்க சூதகக் கட்டு நீங்கும்.

4. முடக்கத்தான் இலைகளை வாட்டிப் பிழிந்த சாறு 2 துளிகள் காதில் விட காதுவலி தீரும்.

5. முடக்கத்தான் இலைகளை வதக்கி அடிவயிற்றில் கட்ட, சூதகத்தை அதிகப்படுத்தி கர்ப்பப்பை அழுக்கு களை வெளியேற்றும்.

6. முடக்கத்தான் இலைகளை அவித்துச் சாறெடுத்து ரசமாக்கி சோற்றுடன் கலந்து வாரம் ஒருமுறை உண்டுவர நாட்பட்ட மலச்சிக்கல், வாத நோய்கள், இருமல் விலகும்.

7. முடக்கத்தான் இலைகளை எண்ணெயிலிட்டுக் காய்ச்சி வலியுள்ள இடத்தில் பூசினாலோ அல்லது இலைகளை அரிசி மாவுடன் கலந்து அடைபோல செய்து சாப்பிட்டு வந்தாலோ உடலிலுள்ள வலிகள் நீங்கும்.



130. மூக்கிரட்டை



வேறு பெயர்கள்: *மூக்குறட்டை, இரத்த புட்பிகா, புட்பகம், மூக்கரட்டை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Boerhavia Diffusa. **குடும்பப் பெயர்:** Nyetaginaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Pigweed. **தெலுங்கு:** Punarnaba. **சமஸ்கிருதம்:** Punarnava. **மலையாளம்:** Thazu Thama. **ஹிந்தி:** Ghadapurva. **கன்னடம்:** Komme-Gida.

வளரியல்பு: *படர் கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *கீழ்ப் புறம் வெள்ளையான, நீள் வட்டமான இலைகள் எதிரிலை அடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். ஒவ்வொரு கணுவிலும் இரண்டு இலைகள் காணப்படும். ஒன்று மற்றொன்றை விடப் பெரியது. இலைக் கோணத்தில் சைமோஸ் மஞ்சரியில் கொத்தாக சிவப்பு நிற மலர்கள் காணப் படும். அக்கீன் வகை சிறிய பழங்கள், சுரப்பிகளுடன் ஐந்து விளிம்புக் கோடுகள் கொண்டு, ஒட்டும் தன்மை உடையதாக இருக்கும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, வேர்.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *வேர் மற்றும் இலைகளில்* Punarnacine *எனும் ஆல்கலாய்டு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, புழுக்கொல்லி, சிறுநீர்ப் பெருக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *கோழை, சிறுநீர்க்கட்டு, மலச்சிக்கல், உடல் சூடு, கப நோய்கள், வயிற்றுப்புழு, வயிற்று வலி குணமாகும். பித்தத்தன்மை அதிகரிக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. மூக்கிரட்டை இலையை உணவு முறையாகவோ அல்லது மருந்தாகவோ உண்டுவர உடலிலுள்ள வாத நோய்கள் குணமாகும்.

2. மூக்கிரட்டை வேரை உலர்த்திப் பொடி செய்து காலை, மாலை 1 கிராம் வீதம் தேனுடன் கலந்து கொடுக்க பார்வைக் கோளாறு, மாலைக்கண், கண் எரிச்சல் போன்ற கண் நோய்கள் நீங்கும்.

3. மூக்கிரட்டை வேரைக் குடிநீர் செய்து கொடுக்க கீல்வாதம், இரைப்பு, காமாலை, நீர்க்கட்டு, பெருவயிறு, சோகை தீரும்.

4. ஒரு கைப்பிடி மூக்கிரட்டை வேரை 4 மிளகுடன் 100 மி.லி. விளக்கெண்ணெயில் பதமாகக் காய்ச்சி ஆற வைத்து வடிகட்டி 6 மாதக் குழந்தைக்கு 10 மி.லி. அதற்கு மேற்பட்டவர்களுக்கு 20 மி.லி. வீதம் வாரம் ஓரிரு முறைகள் கொடுத்துவர வாந்தி, அஜீரணம், மலச்சிக்கல், நமைச்சல், மூலச்சூடு, சொறி, சிரங்கு குணமாகும். இரவு வசம்பு சுட்ட கரியைப் பொடி செய்து தேனுடன் கலந்து கொடுக்க வேண்டும்.

5. மூக்கிரட்டை வேர், அருகம்புல், கீழாநெல்லி வகைக்கு 1 கைப்பிடி எடுத்து 10 மிளகுடன் நசித்து 500 மி.லி. நீரில்

போட்டு 250 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி தினமும் காலை, மாலை கொடுத்துவர சிறுநீர்க்கட்டு, பெருவயிறு, காமாலை, இரத்த சோகை, ஆஸ்துமா, நீரேற்றம், வீக்கம் முதலியன நீங்கும்.

6. இலையை 40 முதல் 80 நாட்கள் தொடர்ந்து உபயோகித்து வர இளமையும் வசீகரமும் முகப்பொலிவும் ஏற்படும்.



131. ரோஜாப்பூ



வேறு பெயர்கள்: *குலாப் பூ, பன்னீர்ப் பூ, சிற்றாமரை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Rosa Centifolia (Old Name: Rosa Damascena). **குடும்பப் பெயர்:** Rosaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Rosa Flower. **தெலுங்கு:** Roja Puvvu. **சமஸ்கிருதம்:** Shatadali. **மலையாளம்:** Pannir Puvvu. **ஹிந்தி:** Gulab. **கன்னடம்:** Gulani-Puvu.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *கூர்மையான வளைந்த முட்கள் நிறைந்த கட்டை போன்ற தண்டுடையது. சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள் மாற்றிலை அடுக்கத்தில் காணப்படும். கிளையின்*

நுனியில் இளஞ்சிவப்பு நிறத்துடன் பூக்கள் காணப்படும். பூ மணமிக்கது.

பயன்படும் பகுதி: *பூ.* **சுவை:** *இனிப்பு, துவர்ப்பு.* **தன்மை:** *சீதம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *சிவப்பு ரோஜா இதழில் வாசனையுள்ள நறுமண எண்ணெய்,* Quercitrin, Gallic Acid, Quercitannic Acid *ஆகிய குளுக்கோசைடுகள்,* Resin, Malic Acid, Tannic Acid, Tartaric Acid *ஆகிய வேதிப் பொருட்கள் முதலியன உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, அகட்டுவாய் வகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *காய்ச்சல், தாகம், ஓக்காளம், ஆசனவாய் எரிச்சல், உடல் சூடு, வெள்ளை, மலச்சிக்கல், வயிற்று வலி நீங்கும்.*

பூ இதழ்களைக் கொண்டு பன்னீர், ஊறல் நீர், வெந்நீர், மணப்பாகு, குல்கந்து, அத்தர் முதலியன செய்யப்படுகின்றன.

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. சிவப்பு ரோஜா இதழ்கள் 8 கிராம் எடுத்து 350 மி.லி. வெந்நீரில் 30 நிமிடங்கள் ஊறவைத்து வடிகட்டவும். இத்துடன் உப்பு அல்லது இந்துப்பு, பேதி மருந்துகள், கசப்பு மருந்துகள் சேர்த்துக் கொடுக்க குமட்டல், காய்ச்சல், தாகம், ஓக்காளம் தீரும்.

2. உலர்ந்த ரோஜா இதழ்கள் 150 கிராம் எடையை 1250 மி.லி. வெந்நீரில் போட்டு 12 மணி நேரம் ஊறவைத்து

வடிகட்டி அதில் 650 கிராம் சர்க்கரை சேர்த்து பதமாகக் காய்ச்சி கலந்து குடித்துவர வயிற்று வலி, வெள்ளை, உடல்சூடு முதலியன குணமாகும்.

3. சிவப்பு ரோஜாவின் இதழ்களை 700 கிராம் எடுத்து கற்கண்டுத் தூள் 2 கிலோ சேர்த்து இடித்து மெழுகு பதத்தில் எடுத்து 5 மி.லி. வீதம் கொடுத்துவர வயிறு வலியில்லாமல் மலம் கழியும்.



132. வசம்பு



மட்டநிலத்தண்டு



வேறு பெயர்கள்: *வசை, உக்கிரம், வசம், வேணி, பிள்ளை மருந்து, சுடவான், உரைப்பான், பேர் சொல்லா மருந்து.* **தாவரவியல் பெயர்:** Acorus Calamus. **குடும்பப் பெயர்:** Aroideae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Sweet Flag. **தெலுங்கு:** Vadaja. **சமஸ்கிருதம்:** Vacha. **மலையாளம்:** Vayambu. **ஹிந்தி:** Bach. **கன்னடம்:** Baja.

வளரியல்பு: *செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *மணமுள்ள வேர்த்தண்டுகளுடன் கூடிய நீண்ட அதிக*

கிளைகளுடன் படர்ந்து வளரும். பூ மொட்டுகள் இலை போன்ற மடல்களின் உட்புறமாகத் தோன்றுகின்றன. சிறிய நீளமான பூக்கள் உடையவை. மஞ்சள் நிற பழம் காணப்படும். இதன் வேர்த்தண்டு ஒரு பெருவிரற்கனமிருக்கும். இதன்மேல் சாம்பற்படிந்த நிறமிருக்கும். இதுதான் மருத்துவத்தில் பயன் படுத்தப்படுகின்றது.

பயன்படும் பகுதி: *மட்டநிலத்தண்டு.* **சுவை:** *கார்ப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *வசம்பில்* Acorin, Acoretin, Calamine *(பேதியை நிறுத்தும் தன்மை உடையது)*, Tannin, Starch *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *நுண்கிருமிக்கொல்லி, பசித்தீத்தூண்டி, அகட்டுவாய்வகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *அஜீரணம், அனைத்து விஷங்கள், புண்கள், இரத்த பித்தம், வாய் நாற்றம், இருமல், வாத, பித்த, கப நோய்கள், யானைக்கால், நாடாப்புழு, வயிற்று வலி குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வசம்பைத் தூள் செய்து தேனில் குழைத்து விடியற்காலை தினமும் 40 நாட்கள் கொடுத்துவர தெத்துவாய், அஜீரணம், சொறி, சிரங்கு, ஜுரங்கள், வயிற்றுப் பொருமல், வாயு, பலமின்மை, வயிற்றுப் போக்கு நீங்கும்.

2. வசம்புத் துண்டை வாயிலிட்டு சுவைக்க, வாய் நீர் பெருகும். தொண்டைக்கம்மல், இருமல் தீரும்.

3. வசம்புவைச் சுட்டு பொடி செய்து 1 கிராம் அளவாக தாய்ப்பாலில் கலந்து சிறுகுழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க வயிற்றுப் போக்கு, வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் பொருமல் குணமாகும்.

4. நாட்பட்ட கீல்வாத நோய்களுக்கு, காசுக்கட்டி யுடன் வசம்புவை சேர்த்து நீர் விட்டரைத்து பற்றிடலாம்.

5. வசம்பு, அதிவிடயம், பெருங்காயம், இந்துப்பு, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, கடுக்காய்த்தோல் இவைகளை சம அளவு எடுத்து பொடி செய்து 2 கிராம் வீதம் கொடுத்து வர அஜீரணம், வாத நோய்கள், மயக்கம், மந்தம், வயிற்றுப் பொருமல், மாந்தக் கழிச்சல், பைத்தியம், காக்கை வலிப்பு, வயிற்றுவலி, அசதி நீங்கும்.

6. வசம்புவைச் சுட்டு சாம்பலாக்கி 2 கிராம் வீதம் தேனில் குழைத்துக் கொடுத்துவர வாயு, சளி, வாந்தி முதலியன நீங்கி பசியை உண்டு பண்ணும்.



133. வன்னி

வேறு பெயர்கள்: *பேரும்மை, சமி, தகனம், நெருப்பு.* **தாவரவியல் பெயர்:** Prosopis Spicigera. **குடும்பப் பெயர்:** Mimosaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Soma Tree. **தெலுங்கு:** Jammi. **சமஸ்கிருதம்:** Sami. **மலையாளம்:** Vanni. **ஹிந்தி:** Chhokara. **கன்னடம்:** Vanni.



வளரியல்பு: *சிறு மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இதன் அடி மரம் கருமை நிறமாகவும் கனத்தும், மேல் நோக்கி வளர்ந்து கிளைகள்விட்டு பின் சிறிய கிளைகள், கொடி போல துவண்டு கீழே தொங்கும். சிறகு வடிவ கூட்டிலைகள் எரிதிலையடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். மஞ்சள் நிறத்தில் பூக்கள் சிர மஞ்சரியில் காணப்படும். கதிர் அரிவாள் போன்ற சிரமஞ்சரியில் புளி போன்ற நீளமான கனிகள் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை, காய், பட்டை.* **சுவை:** *துவர்ப்பு.* **தன்மை:** *வெட்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் கனியில்* Carobin, Carobone, Carobic Acid *போன்ற வேதிப்பொருட்கள் உள்ளன. விதையிலிருந்து மஞ்சள்நிற சாயப் பொருள் பெறப்படுகின்றது.*

செய்கைகள்: *உள்ளழலாற்றி, வெப்பமுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத, பித்த, கப நோய்கள், விஷம், பல் நோய்கள், வாதத்தினால் ஏற்படும் ஜன்னி, சொறி, வெள்ளை முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. முதிர்ந்த வன்னிக் காயின் தோல் எடுத்து குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க உள் வெப்பத்தை நீக்கும்.

2. வன்னி இலை, காய், பட்டையை அரைத்து 20 கிராம் பாலில் கலந்து வடிகட்டி தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்து வர வாத, பித்த, கப நோய்கள், விஷக்கடி, ஜன்னி, சொறி, வெள்ளை முதலியன தீரும்.

3. வன்னிப் பட்டையை உலர்த்திப் பொடி செய்து 3-5 கிராம் வீதம் தினமும் காலை, மாலை கொடுத்துவர மேற்கண்ட நோய்கள் விலகும்.

4. 25 கிராம் வன்னிப் பட்டையை நன்கு சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு $^1/_4$ லிட்டராகக் காய்ச்சி வடிகட்டி 25 மி.லி. வீதம் தினம் 3 வேளைகள் கொடுத்துவர வாத, கப ஜன்னி, விஷக்கடி, சளி, பல் நோய்கள், ஆஸ்துமா நீங்கும்.

5. 250 கிராம் வன்னிப் பட்டையை நன்கு இடித்து 1 லிட்டர் விளக்கெண்ணெய் போட்டு பக்குவமாகக் காய்ச்சி வடிகட்ட வன்னித் தைலம் கிடைக்கும். இதை 25 மி.லி.யாக 5 நாட்கள் காலையில் மட்டும் கொடுத்துவர மலச்சிக்கல், வெள்ளை குணமாகும்.



134. வல்லாரை

வேறு பெயர்கள்: *சண்டகி, பிண்டரி, யோசனவல்லி, சரஸ்வதி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Centella Asiatica (Old Name: Hydrocotyle Asiatica). **குடும்பப் பெயர்:** Umbelliferae.



ஆங்கிலப் பெயர்: Indian Pennywort. **தெலுங்கு:** Manduka. **சமஸ்கிருதம்:** Brahmi. **மலையாளம்:** Kudakam. **ஹிந்தி:** Khulakudi. **கன்னடம்:** Vandelagi.

வளரியல்பு: *பரவும் தண்டுடைய சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *தண்டின் கணு இடைப்பகுதி குழல்போன்று உள்ளது. சிறுநீரக வடிவத்திலான விளிம்பில் பற்கள் போன்ற தனி பிளவுபட்ட இலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். நீண்ட இலைக்காம்புடன் கணுக்களில் வேர்களைக் கொண்டு தரையில் படரும். வேர்த் தண்டுகள் பல்லாண்டு வரை உயிர் வாழ்பவை. அம்பல் மஞ்சரியில் அமைந்த இளஞ்சிவப்பு நிறமான சிறு மலர்கள் உள்ளன. 7-9 விளிம்புக் கோடுகளுடன் காணப்படும். 'கிரிமோகார்ப்' வகைக் கனி காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *இலை.* **சுவை:** *துவர்ப்பு, கைப்பு, இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதில் கசப்பான* Vellarine, Pectic Acid, Hydrocotylin *எனும் ஆல்கலாய்டுகள் உள்ளன. இதன் இலையில் உள்ள* Asiaticoside *என்னும் குளுக்கோசைடுக்கு தொழுநோய் மற்றும் இருமலைக் கட்டுப்படுத்தும் செய்கை இருப்பதாக ஆராய்ச்சி யாளர்கள் கூறுகின்றனர்.*

செய்கைகள்: *சிறுநீர்ப் பெருக்கி, உரமாக்கி, ருது உண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாய்ப்புண், கழிச்சல், இரத்தப் போக்கினால் உண்டாகும் வயிற்றுக் கடுப்பு, ஞாபகசக்தி, மூளையின் ஆற்றலை அதிகமாக்கும். விரைவீக்கம், நெறி கட்டுதல், காயம், வீக்கம், மார்பாணி, சூதகக்கட்டு, கட்டி முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வல்லாரையிலையை விளக்கெண்ணையுடன் வதக்கி தொடர்ந்து கட்டி வர யானைக்கால் நோய், நெறி கட்டுதல், கண்டமாலை, அரையாப்பு, விரைவீக்கம், கட்டிகள், வீக்கம் முதலியன தீரும்.

2. வல்லாரை இலையுடன் சம அளவு துளசியிலை, மிளகு சேர்த்தரைத்து 1 கிராம் மாத்திரைகளாக்கி தினமும் 2 வேலைகள் நீருடன் கொடுத்துவர அனைத்து வகை காய்ச்சலும் நீங்கும்.

3. வல்லாரை இலைச்சாற்றுடன் பசுவின் பால், அதிமதுரத்தூள் கலந்து கொடுக்க, சிறியவர்களுக்கு ஏற்படும் படைகள், இரத்தக் குறைபாடு, நரம்பு நோய்கள், பெரியவர்களுக்கு உண்டாகும் மேகம், வயிற்று நோய்கள், காய்ச்சல் போன்றவை குணமாகும்.

4. வல்லாரை இலையுடன் கீழாநெல்லி சமஅளவு கலந்து நீர் விட்டரைத்து 2 கிராம் வீதம் காலையில் மட்டும் தயிருடன் கொடுத்துவர சிறுநீர் எரிச்சல் தீரும்.

5. 3 அல்லது 4 வல்லாரை இலைகளை சீரகம், சர்க்கரையுடன் சேர்த்தரைத்து உள்ளுக்குக் கொடுத்தோ

அல்லது தனி இலைகளை மட்டும் நீர் விட்டரைத்து தொப்புளின் மீது பற்றிட்டோ வர குழந்தைகளின் சீதக் கழிச்சல், இரத்தப் போக்கு, வயிற்றுக் கடுப்பு முதலியன குணமாகும்.

6. வல்லாரை இலைகளை நீர் விட்டரைத்து, புண்களில் கட்டி வர புண்கள் எளிதில் ஆறும்.

7. வல்லாரை இலையுடன் வேலிப்பருத்தியிலையை சம அளவு அரைத்து 3 கிராம் வீதம் உட்கொண்டு, வெந்நீர் அருந்திவர ஒரே வாரத்தில் சூதகச் சிக்கல் நீங்கும்.

8. வல்லாரை இலையுடன் வெந்தயத்தைச் சேர்த்துக் குடிநீரிட்டு ஓரிரு சங்குகள் குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க ஜுரம் மற்றும் வயிற்றுவலி குணமாகும்.

9. வல்லாரை இலையை உலர்த்திப் பொடி செய்து 1 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் நெய்யுடன் கலந்து கொடுக்க யானைக்கால், மறதி, மூளைச் சோர்வு, குஷ்டம், விரைவீக்கம், வாத நோய்கள், கண்டமாலை, நெறி கட்டுதல், சூதகக்கட்டு தீரும்.



135. வாய்விளங்கம்

வேறு பெயர்கள்: *வாயு விளங்கம், வர்னனை, கேரளம், வாய் விலங்கம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Embelia Ribes. **குடும்பப் பெயர்:** Myrsinaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Wind Berry. **தெலுங்கு:** Vayu-Vilangamu. **சமஸ்கிருதம்:** Vidanga. **மலையாளம்:** Vizhalari. **ஹிந்தி:** Vai-Vadang. **கன்னடம்:** Vayi-Vulanga.



விதை



வளரியல்பு: *கொடி.*

தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்: *இக்கொடி வகை இந்தியாவில் மத்திய கீழ் இமயத் தொடர்ச்சியிலிருந்து, இலங்கை, சிங்கப்பூர் வரையிலுள்ள மலை நாடுகளில் பயிரா கிறது. இதன் காய் சிறு உருண்டை வடி வத்தில் காணப் படும். உலர்ந்த பின் இது பழுப்பு நிற மடையும். இதன் பழம் நல்ல மணத்துடன் சுவையா யிருக்கும்.பழமும், விதையும் மருத்துவத்தில் பயன்படுத்தப்படுகின்றன.*

பயன்படும் பகுதி: *விதை.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *வாய்விளங்கத்தில்* Christembine *என்ற ஆல்கலாய்டும்*, Embelic Acid, Tannin *ஆகியவைகளும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *புழுக்கொல்லி, பசித்தீத்தூண்டி, வெப்பமுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *பாண்டு, வயிற்றுவலி, வாயு, விஷக்கடிகள், நுண்புழு, மூலம், மலச்சிக்கல் முதலியன நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வாய்விளங்கத்தைப் பொடி செய்து 5-15 கிராம் தேனில் குழைத்து 1 நாள் மட்டும் 2-3 வேளைகள் கொடுத்து மறுநாள் விளக்கெண்ணெய் அல்லது பேதி மருந்து கொடுக்க வயிற்றுப் புழுக்கள் செத்து வெளிப்படும்.

2. வாய்விளங்கத்தை நீர் விட்டரைத்துப் பூச படைகள் போன்ற தோல் நோய்கள், விஷக்கடிகள் குணமாகும்.

3. வாய்விளங்கத்தைப் பொடி செய்து 3-5 கிராம் பாலில் கலந்து சிறுவர்களுக்குக் கொடுக்க வயிற்றுப் பொருமல், அஜீரணத்தால் ஏற்படும் வயிற்றுவலி, மலச்சிக்கல் நீங்கும்.

4. வாய்விளங்கத்தை நன்றாக அரைத்து வெண்ணெயில் குழைத்து தலைக்கு பற்றிட தலைவலி தீரும்.



136. வாதநாராயணன்

வேறு பெயர்கள்: *வாத மடக்கி, ஆதி நாராயணன், வாதரசு, வாதரக்காச்சி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Delonix Elata. **குடும்பப் பெயர்:** Caesalpiniaceae.

தெலுங்கு: Kai. **சமஸ்கிருதம்:** Poo. **மலையாளம்:** Pot. **ஹிந்தி:** Jan. **கன்னடம்:** Pe.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *வெளிர் மஞ்சள் நிறமான கட்டைகளைக் கொண்ட மரம். சிறகு வடிவக் கூட்டிலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் காணப்படும். மரத்தின் உச்சியில் வெள்ளை மற்றும்*



இலை



மஞ்சள் நிறமான பூக்கள் கொத்தாகக் காணப்படும் $^1/_2$ அடிவரை நீண்ட, குறைந்தது 10 விதை களைப் பெற்ற தட்டை யான லெகூம் வகை உலர் வெடிகனி உடையது.

பயன்படும் பகுதி: *இலை.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் இலையில் சிறி தளவு கசப்பு ஆல்கலாய்டு களும், பட்டையில் டானினும் உள்ளன.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத வலிகள், குத்தல், குடைச்சல், வீக்கம், வாதம், நரம்புத் தளர்ச்சி, அஜீரணம், மலச்சிக்கல், வாயு குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வாத நாராயணன் இலைச்சாறு 30 மி.லி. வீதம் கொடுத்துவர குத்தல், குடைச்சல், உடல்வலி நீங்கும்.

2. வாத நாராயணன் இலையை சமைத்துண்டாலோ அல்லது இலைச்சாற்றை விளக்கெண்ணெயுடன் காய்ச்சி வடிகட்டி 50 கிராம் வீதம் உள்ளுக்குக் கொடுத்தாலோ மலச்சிக்கல் நீங்கி மலம் கழியும். வாத நீர் நோய்கள், வீக்கம், குத்தல், குடைச்சல், வாத வலிகள் குணமாகும்.

3. தேவையான அளவு வாத நாராயணன் இலையை நீரில் போட்டு கொதிக்க வைத்து குளித்துவர உடல் வலி நீங்கும்.

4. வாத நாராயணன் இலையை விளக்கெண்ணெயில் வதக்கி ஒற்றடமிட வீக்கங்கள், கட்டிகள் குணமாகும்.

5. வாத நாராயணன் தைலத்தை காலையில் 5-10 மி.லி. வீதம் உள்ளுக்குக் கொடுக்க நரம்புத் தளர்ச்சி, வாத நோய்கள், மூட்டுவாதம், முடக்கு வாதம், கை, கால் குடைச்சல்கள், கீழ்வாதம் முதலியன நீங்கும்.

தைலம் தயாரிக்கும் முறை:

வாத நாராயணன் இலைச் சாறு 500 மி.லி. விளக்கெண்ணெய் 500 மி.லி., பூண்டு 100 கிராம், திரிகடுகு 20 கிராம், வெண்கடுகு 5 கிராம் சேர்த்தரைத்து, கலந்து பதமாகக் காய்ச்சி நன்கு வடிகட்டி எடுக்கவும்.

6. வாத நாராயணன் இலைச்சாறு 500 மி.லி.யுடன் கருப்பு வெற்றிலை, மஞ்சள் கரிசலாங்கண்ணி, குப்பைமேனி இவற்றின் சாறு வகைக்கு 125 மி.லி., நல்லெண்ணெய், விளக்கெண்ணெய், வேப்பெண்ணெய் வகைக்கு 250 மி.லி. திரிகடுகு, சீரகம், மஞ்சள், கருஞ்சீரகம் வகைக்கு 10 கிராம் பொடியாக்கி 250 மி.லி. பாலுடன் கலந்து பக்குவமாகக் காய்ச்சி 10 வெள்ளெருக்கம்பூவை இடித்துப் போட்டு கொதிக்க வைத்து வடிகட்டி மேலுக்கு பூசிவர நரம்புப் பிடிப்பு, பக்கவாதம், முகவாதம், பாரிச வாயு, முகவலி, கண், வாய், உதடு, நாக்கு இழுப்பு முதலியன நீங்கும்.



137. வில்வம்



வேறு பெயர்கள்: *கூவிளம், குசாபி, கூவிளை, சிவத்துருமம், நின்மலி மாதுரம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Aegle Marmelos. குடும்பப் பெயர்: Rutaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Bael Tree, Holy Fruit Tree. **தெலுங்கு:** Bilvamu. **சமஸ் கிருதம்:** Bilva. **மலையாளம்:** Kuvalam. **ஹிந்தி:** Bel. **கன்னடம்:** Bela.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *பட்டைகளில் கடினமான முட்களைக் கொண்ட மரம். 3 சிற்றிலைகளைக் கொண்ட கைவடிவக் கூட்டிலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். இலையின் உள் திசுவில் பல எண்ணெய்க் குழிகள் காணப்படுவதால் இதன் மேல்பகுதியில் பல புள்ளிகள் காணப்படுகின்றன. பூக்கள் பசுமை கலந்த வெள்ளை நிறத்தில் கொத்துகளாக நறுமணத்துடன் காணப்படும். கோளவடிவமான பழங்கள் காணப்படும். பழத்தோல் கடினமானது. பழச்சதை ஆரஞ்சு நிறமானது, மணமும், சுவையும் கொண்டது.*

பயன்படும் பகுதி: *சமூலம். (அதாவது, முழு தாவரமும்)*

இலை, பூ, பிஞ்சு, காய், வேர், பழம்.

சுவை: *துவர்ப்பு, கைப்பு*	*துவர்ப்புடன் சிறு கைப்பு, இனிப்பு.*
தன்மை: *தட்பம்*	*தட்பம்,.*
பிரிவு: *கார்ப்பு.*	

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *இதன் கனியில்* Pectin, Tannin, *கசப்புப் பொருள் ஆகியவை உள்ளன. இலையில்* Marmelosin *என்ற நறுமண எண்ணெய் உள்ளது.*

செய்கைகள்: *காமம் பெருக்கி, வியர்வைப் பெருக்கி, துவர்ப்பி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *எல்லாவித மேகநோய்கள், பசி மந்தம், வயிற்றுவலி, கண்ணிருள், தாது இழப்பு, வாய் குழறிப் பேசுதல், மயக்கம், நீர் வேட்கை, காய்ச்சல், உடல் கடுப்பு, விக்கல், கண் சிவப்பு, வாந்தி குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வில்வத்தினது காய், கனி, இலை, வேர் முதலியவற்றை ஊறுகாய், குடிநீர், தைலம் ஆகிய ஏதேனும் ஒரு விதத்தில் உட்கொள்ள அது உடலிற்கு அழகையும், மெருகையும் கொடுக்கும். மயக்கம், குழறிப் பேசும் தன்மை முதலியன நீங்கும்.

2. 5 கிராம் வில்வம் இலையுடன் சுக்கு, மிளகு, சீரகம் வகைக்கு 10 கிராம் வீதம் பொடி செய்து 500 மி.லி. நீரில் போட்டுக் காய்ச்சி 50 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி தினமும் 2 வேளைகள் கொடுத்துவர அனைத்துக் காய்ச்சலும் தீரும்.

3. வில்வம் வேரை உலர்த்திப் பொடி செய்து 2 கிராம் வீதம், தேனுடன் உட்கொள்ள பசியின்மை, சுவையின்மை, பெருங்கழிச்சல், விக்கல், இடைவிடாத வாந்தி, உடல் இளைத்தல் குணமாகும்.

4. பழுத்த வில்வப் பழத்தை தண்ணீர் விட்டுப் பிசைந்து நன்கு வடிகட்டி அதே அளவு சர்க்கரை கலந்து பதமாகக் காய்ச்சி 30 மி.லி. வீதம் கொடுத்துவர மூலம், சீதபேதி, பித்த நோய்கள், நெஞ்சு எரிவு முதலியன நீங்கும்.

5. வில்வம் இளந்தளிரை வாட்டி மெல்லிய துணியில் வைத்து ஒத்தடமிட கண் சிவப்பு மாறும்.

6. வில்வம் இலையை உலர்த்திப் பொடி செய்து அத்துடன் 5 மி.லி. கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு கலந்து கொடுத்துவர மஞ்சட்காமாலை விரைவில் தீரும்.

7. வில்வம் வேருடன் சிற்றாமுட்டி வேர், சுக்கு இம்மூன்றையும் சம அளவு சேர்த்துக் காய்ச்சி 8ல் 1 பங்காகச் சுருக்கி, தேன் கலந்து அருந்த வாத, பித்த, கப நோய்கள், வாந்தி குணமாகும்.

8. வில்வம் இலைச் சூரணத்தை 5 கிராம் வெண்ணெய் அல்லது நெய் சேர்த்து காலை, மாலை 2 வேளைகள் உட்கொள்ள மலச்சிக்கல், வயிற்று வலி, பசியின்மை, உடல் எரிச்சல், வெள்ளை, வெட்டை, பித்தம், வயிற்றுப்புண் நீங்கும்.

9. வில்வம் பூவை உலர்த்திப் பொடி செய்தேனும் அல்லது பூவை குடிநீரிட்டேனும் கொடுத்துவர பசி மந்தம் தீரும்.

10. வில்வம் காயுடன் சோம்பு, இஞ்சி சேர்த்துக் குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க மூல நோய் குணமாகும்.

11. வில்வம் காயை பசுவின் பால் விட்டரைத்து தலைக்குத் தேய்த்து நீராட மண்டைச்சூடு, கண் எரிச்சல் நீங்கி, கண்கள் குளிர்ச்சியடையும்.

12. வில்வம் இலைச் சூரணத்தை 3 கிராம் தேனுடன் கலந்து கொடுக்க நீர்க் கோவை, தொண்டைக்கட்டு, மண்டைக் குடைச்சல், கப இருமல், ஆஸ்துமா, தலைவலி நீங்கும்.

13. வில்வப் பழச்சதையை நன்றாக உலர்த்திப் பொடி செய்து 1 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் கொடுக்க கழிச்சல் குணமாகும்.

14. வில்வம் இலையை அரைத்து விழுதாக்கி 2 கிராம் வீதம் கொடுத்து குளிர்ந்த நீரில் குளித்துவரப் பெரும்பாடு தீரும்.



138. விஷ்ணு கிரந்தி



வேறு பெயர்கள்: *விஷ்ணு காந்தி, அபராசி, விஷ்ணு கரந்தை, பராசித, விட்டுணுக்கிரந்தி.*
தாவரவியல் பெயர்: Evolvulus Alsinoides.
குடும்பப் பெயர்: Convolvulaceae.

தெலுங்கு: Vishnukranthi. **சமஸ்கிருதம்:** Vishnu Kranta. **மலையாளம்:** Vishnukanthi. **ஹிந்தி:** Shyama Kranta. **கன்னடம்:** Vishnu Kranthi.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *நீள் வட்டவடிவமான சொரசொரப்பான, பட்டுப் போன்ற வெண்மையான ரோமங்களால் சூழப்பட்ட நுனிகள் கொண்ட ஈட்டி வடிவமான தனி இலைகள் மாற்றிலை அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். தனி மலர்கள் நீலநிறத்தில் சக்கர வடிவத்தில் இலைக் கோணங்களில் பூத்திருக்கும். அரிதாக வெள்ளை, சிவப்பு நிறமான மலர்களைக் கொண்ட செடிகளும் உண்டு.*

பயன்படும் பகுதி: *சமூலம்.* **சுவை:** *கைப்பு, சிறு காரம்.* **தன்மை:** *வெட்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *இதில் ஆல்கலாய்டு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, வியர்வை பெருக்கி, வெப்பமகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *காய்ச்சல், கோழை, இருமல், ஆண்மைக் குறைவு, எலும்புருக்கிக் காய்ச்சல், கண்டமாலை, நரம்புத் தளர்ச்சி, ஞாபக மறதி, வெட்டைச் சூடு, இரைப்பு முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. விஷ்ணுகிரந்தி சமூலத்தை குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க மேற்கூறிய நோய்கள் குணமாகும்.

2. விஷ்ணுகிரந்தி சமூலம், கண்டங்கத்திரி, ஆடா தோடை, தூதுவளை, வகைக்கு 30 கிராம் எடுத்து இடித்து ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு அதில் 1 லிட்டர் நீரிட்டு 250 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி தினமும் 2 வேளைகள் 50 மி.லி. வீதம் கொடுத்துவர எலும்புருக்கிக் காய்ச்சல் நீங்கும்.

3. விஷ்ணுகிரந்தி இலையை உலர்த்தி சூரணமாக்கி 3 கிராம் வீதம் லேசான சுடுநீரில் கலந்து கொடுக்க ஆண்மைக் குறைவு தீரும்.

4. விஷ்ணுகிரந்தி சமூலத்தை சிறிது நீர்விட்டு அரைத்து விழுதாக்கி 5 கிராம் வீதம் 40-80 நாட்கள் கொடுத்துவர கண்டமாலை நோய் குணமாகும்.

5. விஷ்ணுகிரந்தி சமூலத்தை சீரகத்துடன் சேர்த்தரைத்து பாலுடன் கலந்து கொடுக்க காய்ச்சல், நரம்புத் தளர்ச்சி நீங்கும்.

6. விஷ்ணுகிரந்தி சமூலத்தை 3 கிராம் வீதம் தயிருடன் கொடுக்க சீதபேதி, ரத்த பேதி குணமாகும். உப்பு, புளி, காரம் தவிர்க்க வேண்டும்.

7. விஷ்ணுகிரந்தி சமூலத்துடன் துளசி இலையையும் சேர்த்து குடிநீரிட்டு கொடுத்துவர அஜீரணம், வயிற்றுப் போக்குடன் கூடிய காய்ச்சல் நீங்கும்.

8. விஷ்ணுகிரந்தி சமூலத்துடன் தூதுவளை, கண்டங்கத்திரி, பற்படாகம் வகைக்கு 25 கிராம் சிதைத்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 250 மி.லி.யாகக் காய்ச்சி தினமும் 3 வேளைகள் 50 மி.லி. வீதம் குடித்துவர விடாத காய்ச்சலும் குணமாகும்.

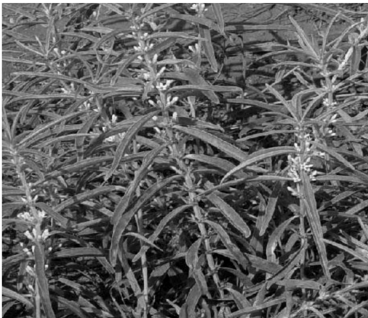
9. விஷ்ணுகிரந்தி சமூலம் 5 கிராமை பால்விட்டு அரைத்து, பாலுடன் கலந்து வடிகட்டி தினமும் காலை, மதியம், மாலை கொடுத்துவர காய்ச்சல், இருமல், சீதபேதி, எலும்புருக்கி நோய், இரைப்பு, வாத, பித்தத் தொடர்பான நோய்கள் நீங்கும்.

10. விஷ்ணுகிரந்தி, கீழாநெல்லி, ஓரிதழ் தாமரை சம அளவு எடுத்து அரைத்து 3 கிராம் வீதம் தினமும்

3 வேளைகள் உணவிற்கு முன் கொடுத்து பால் அருந்திவர வெட்டைச் சூடு, விந்து ஒழுகுதல், ஞாபக மறதி, நரம்புத் தளர்ச்சி முதலியன நீங்கி உடல் பலம் பெறும்.



139. வெள்ளறுகு



வேறு பெயர்கள்: *வல்லாரி*. **தாவரவியல் பெயர்:** Enicostemma Axillare (Old Name: Enicostemma Littorale). **குடும்பப் பெயர்:** Gentianaceae.

தெலுங்கு: Nela-guli. **ஹிந்தி:** Chota-kirayat.

வளரியல்பு: *சிறுசெடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *4 கோணமான தண்டுகள் உடையது. ஈட்டி வடிவம் கொண்ட நீண்ட தனி இலைகளை எதிரிலை குறுக்கு மறுக்கு அடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். கணுக்களில் வெண்மையான சிறுபூக்கள் தொகுப்பாகக் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *சமூலம்.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம். பிரிவு. கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *இதன் சமூலத்தில் ஒரு கசப்பு கிளைக்கோசைடும்,* Ophelic Acid *ம் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *உரமாக்கி, மலமிளக்கி, வெப்பமகற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வயிற்று வலி, குடல்வாயு, அரிப்பு, சிறுசிரங்கு, வாத நோய், ஆண்மைக் குறைவு, விஷம், மாதவிலக்குக் கோளாறுகள், நரம்புக் கோளாறு தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வெள்ளறுகு சமூலத்தை குடிநீரிட்டுக் கொடுத்துவர மேற்கூறிய நோய்கள் குணமாகும்.

2. வெள்ளறுகு சமூலத்தை வெண்ணெய் போல நன்கு அரைத்து வெந்நீரில் குழைத்து பாதிக்கப்பட்ட இடத்தில் தடவி $^1/_2$ மணி நேரத்திற்குப் பின் குளித்துவிட ஊறல், அரிப்பு, சொறி, சிரங்கு முதலியன நீங்கும்.

3. வெள்ளறுகு சமூலத்தை நன்கு உலர்த்திப் பொடி செய்து 2-4 கிராம் வீதம் நீரில் கலந்து தினமும் காலையில் கொடுத்துவர மேற்கண்ட நோய்கள் தீரும்.

4. வெள்ளறுகு சமூலத்தை நன்கு விழுதாக அரைத்து, விஷக்கடிவாயில் கட்டி, சமூலச்சாறு 20-30 மி.லி. உள்ளுக்குக் கொடுத்து உப்பில்லா பத்தியம் இருக்க, வாந்தி பேதியாகி பாம்பு விஷம் வெளியேறும். இதுபோல ஓரிரு முறைகள் கொடுக்க வேண்டும்.

5. வெள்ளருகு சமூலத்தை நன்கு அரைத்து 20 கிராம் வீதம் மாதவிலக்கான முதல் 3 நாட்கள் கொடுக்க மாத விலக்குக் கோளாறு, கர்ப்பப்பை கோளாறுகள் குணமாகும்.

6. வெள்ளறுகு சமூலம் 30 கிராமுடன் மிளகு 10, சுக்கு 1 துண்டு, சீரகம் 5 கிராம் இடித்து 1 லிட்டர் நீரில் போட்டு 250 மி.லி.யாகச் சுருக்கி காலை, மாலை 2 வேளைகள் குடித்துவர நரம்புக் கோளாறு, குடல் வாதம், மேகக் கிரந்தி, வாத நோய்கள் நீங்கும்.



140. வெட்டிவேர்



வேறு பெயர்கள்: *குருவேர், விரணம், இருவேலி, விழல் வேர், விலாமிச்சை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Vetiveria Zizaniodes. **குடும்பப் பெயர்:** Poaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Cuscus Grass. **தெலுங்கு:** Vattiveri. **சமஸ்கிருதம்:** Verranam. **மலையாளம்:** Vetti Veru. **ஹிந்தி:** Balah. **கன்னடம்:** Lavancha.

வளரியல்பு: *புல்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *பல சல்லிவேர்கள் தொகுதியாகத் தண்டினடியில் இருந்து தோன்றுகின்றன. தனி இலைகள், எதிர் இரு வரிசை மாற்றடுக்கத்தில் அமைந்துள்ளன. ஊசி போன்று நீள் வடிவத்தில் இலைகள் காணப்படும். தண்டின் நுனியில் மலர்கள் தொகுப்பாகக் காணப்படும். 'கேரியாப்சிஸ்' எனும் உலர்வெடியாக் கனி, விதையுறை கனியுறையுடன் இணைந்து காணப்படும். இதன் சல்லிவேர்த் தொகுதி உலர்ந்த பின் வெளிர் மஞ்சள் நிறமாகக் காணப்படும்.*

பயன்படும் பகுதி: *வேர்.* **சுவை:** *இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *வேரில் நறுமண எண்ணெய், ரெசின், சாயப் பொருள்,* Oxide of Iron *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *இசிவகற்றி, வியர்வைப் பெருக்கி, ருது உண்டாக்கி.*

மருத்துவக் குணங்கள்: *பித்த நோய்கள், தாது நஷ்டம், மயக்கம், காமாலை, இரத்த சோகை, பைத்தியம், கழுத்து நோய்கள், காய்ச்சல், தாகம், கண் நோய், தீயினால் ஏற்பட்ட புண், வயிற்று மேகக் கட்டி, சிறுநீர்க் கட்டு முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வெட்டிவேரை உலர்த்திப் பொடி செய்து 1 கிராம் வீதம் நீர் அல்லது தேனுடன் கலந்து கொடுக்க மேற்கண்ட நோய்கள் விலகும்.

2. வெட்டிவேரினால் தயாரிக்கப்பட்ட ஊறல் நீர் 30-60 மி.லி. வீதம் பருகி வர வயிற்று நோய்கள், காமாலை, காய்ச்சல், தாகம், சிறுநீர்க்கட்டு முதலியன நீங்கும்.

3. வெட்டிவேரினால் தயாரிக்கப்படும் தைலத்தை தலையில் தேய்த்துவர வியர்வையை உண்டாக்குவதுடன் உற்சாகத்தையும் அளிக்கும். தலைமுடி உதிர்வதைத் தடுக்கும்.

4. வெட்டிவேரின் விசிறி, பைத்தியம், உடல் எரிச்சல், தாகம் முதலியவற்றைப் போக்கும்.

5. வெட்டிவேர்த் தட்டியை கூரையாக மேய்வதால் அறையின் வெப்ப நிலை குறையும்.

6. வெட்டிவேர்ப் பொடியை நீர்விட்டு குழைத்து பெண்களின் மார்பகங்களில் கட்டிவர சிலந்தி, புண்கள், கட்டிகள் போன்றவை தீரும்.



141. வெண்பூசணி





விதை



காய்

வேறு பெயர்கள்: *தடியங்காய், சாம்பல் பூசணி, கல்யாணப்பூசணி, பெரும் பூசணி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Benincasa Hispida (Old Name: Curcurbita Pepo). **குடும்பப் பெயர்:** Curcurbitaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: White Pumpkin. **தெலுங்கு:** Budida-Gummadi. **சமஸ்கிருதம்:** Kushmandam. **மலையாளம்:** Kumpalam. **ஹிந்தி:** Kudimah. **கன்னடம்:** Bude-kayi.

வளரியல்பு: *கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *பற்றுக்கம்பிகளைக் கொண்டு படரும் கொடிவகை. இலைகள் தனி இலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் காணப்படும். உள்ளங்கை போன்ற பிரிவு உடையவை. தனிமலர்கள் இலைக்கோணங்களில் தோன்றும். மலர்கள் வெளிர் மஞ்சள் நிறமானவை. காய் பெரிதாக நீள்வட்ட வடிவமாக மேல்தோல் பச்சையாக, சாம்பல் பூசியவாறு இருக்கும். காயின் உட்பாகம் வெள்ளை நிறத்துடன் சதைப்பற்றுக் கொண்டதாக இருக்கும். பெப்போ என்ற சதைகனி வகையைச் சார்ந்தது.*

பயன்படும் பகுதி: *காய், விதை.* **சுவை:** *இனிப்பு.* **தன்மை:** *தட்பம்.* **பிரிவு:** *இனிப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *இதன் கனியில் கொழுப்பு எண்ணெய்,* Cucurbitine *என்ற ஆல்கலாய்டு, ரெசின்,* Myosin, Bitellin, Proteids, Sugar *ஆகியவை உள்ளன.*

செய்கைகள்: *குருதிப் பெருக்கி, உரமாக்கி, சிறுநீர்ப் பெருக்கி.*

மருத்துவக் குணங்கள்: *இரத்தம், சிறுநீரைப் பெருக்கும். உடலுக்கு பலம் தரும். உள்காய்ச்சல், வெள்ளை, வெட்டை, வெறி, நீரிழிவு, பித்தத்தால் ஏற்படும் ஜுரம், மனக்கலக்கம் போன்றவை குணமாகும். இரத்த வாந்தி, நஞ்சுகள், புண்கள், தட்டைப் புழுக்கள் முதலியவற்றைப் போக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வெண்பூசணிச் சாற்றை தினமும் அருந்திவர இரத்தப் பெருக்கு, இரத்த வாந்தி, வெள்ளை, வெட்டை, நீர் எரிச்சல், இளைப்பு நோய் தீரும்.

2. வெண்பூசணியை அடிக்கடி உண்டுவர பலவித நோய்களும் நீங்கி உடல் பலம் பெறும். உடலும் பருக்கும்.

3. 30 கிராம் வெண்பூசணி விதையை அரைத்து வெறும் வயிற்றில் கொடுத்துவிட்டு 3 மணி நேரங்கழித்து விளக்கெண்ணெய் கொடுக்க தட்டைப் புழுக்கள் வெளிப்படும்.

4. வெண்பூசணி பழத்தை வேகவைத்து நசித்துக் கட்ட புண்கள் ஆறும்.

5. வெண்பூசணியை துளையிட்டு அதில் 10 செம்பருத்தி பூவைப் போட்டு மூடி 1 நாள் ஊறவைத்து பின்

அதிலிருந்து வடியும் நீரை எடுத்து அத்துடன் சர்க்கரை சேர்த்து 30 மி.லி. வீதம் தினம் 2 வேளைகள் பருகிவர வெள்ளை, வெட்டை, நீர் எரிச்சல், அழற்சி, சொட்டு மூத்திரம், சிறுநீர்க் குழாய் ரணங்கள் மாறும். உட்சூடு நீங்கி உடல் குளிர்ச்சியடையும்.

6. வெண்பூசணிக் காயுடன் பச்சைப் பயிறு கலந்து சமைத்து சோற்றுடன் கலந்துண்ண இடு மருந்தின் தோஷமிருந்தால் உணவு செரியாமல் கழியும். அல்லது உணவு செரித்து மலம் மட்டும் கழியும்.



142. வெந்தயம்



விதை



இலை



வேறு பெயர்கள்: *மெந்தியம், மேதி, வெந்தல், வெந்தை.* **தாவரவியல் பெயர்:** Trigonella foenum Graecum. **குடும்பப் பெயர்:** Fabaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Fenugreek. **தெலுங்கு:** Menthulu. **சமஸ் கிருதம்:** Methi. **மலையாளம்:** Venthyam. **ஹிந்தி:** Methi. **கன்னடம்:** Menthe-Gida.

வளரியல்பு: *சிறு செடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *3 சிற்றிலைகளைக் கொண்ட கைவடிவக் கூட்*

டிலைகள். இலைகள் ஈட்டி போன்ற வடிவமைப்பைப் பெற்றவை. மாற்றிலை யடுக்கத்தில் அமைந்திருக்கும். மலர்கள் 'ரெசிம்' மஞ்சரியில் மஞ்சள் கலந்த வெண்மை நிறத்தில் காணப்படும். லெகூம் என்ற இரு புற வெடிகனி. ஒரு கனியில் 20 விதைகள் வரைக் காணப்படும்.

பயன்படும் பகுதி: *இலை, விதை.* **சுவை**: *கைப்பு.* **தன்மை**: *தட்பம்.* **பிரிவு**: *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *விதையில்* Methylamine, Di & Tri Methylamine, Cholin, Neurin, Betain, Trigonellin *ஆகிய ஆல்கலாய்டுகளும், இரும்புச் சத்தும், சாப்போனினும், சாயப் பொருளும், கந்தகச் சத்தும், ஃபாஸ்பரஸ் சத்தும் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *துவர்ப்பி, காமப்பெருக்கி, சிறுநீர்ப் பெருக்கி, உள்ளழலாற்றி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வெந்தயயிலையினால் வயிற்றுப்பிசம், மாந்தம், இருமல், சுவையின்மை, வாதம், கபம் போன்ற நோய்களும், விதையினால் சீதக்கழிச்சல், உடல் எரிச்சல், தாகம், வெள்ளை, எலும்பைப் பற்றிய ஜுரங்கள், கொடிய இருமல், ஆண்மையின்மை, இளைப்பு முதலியன தீரும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வெந்தயயிலையை (கீரையை) நீர் விட்டரைத்துக் கட்ட உள் அல்லது வெளிப்புறத்திலுள்ள வீக்கங்களும், தீயினால் ஏற்பட்ட புண்களும் குணமாகும்.

2. விதையை (வெந்தயத்தை) வேக வைத்து 5 கிராம் வீதம்

கடைந்து தேனுடன் கலந்து கொடுக்க தாய்ப்பால் அதிகமாகச் சுரக்கும்.

3. வெந்தயக் கீரையுடன் தேங்காய்ப்பால், நெய் சேர்த்து சமைத்து உண்ண இடுப்பு வலி நீங்கும்.

4. வெந்தயத்தை வறுத்துப் பொடி செய்து ஊறல் குடிநீராக்கி தினமும் அருந்திவர வயிற்றுவலி, வெள்ளை, சீதக்கழிச்சல், காய்ச்சல், உட்சூடு, வயிற்றுப் பொருமல் முதலியன தீரும்.

5. 10 கிராம் வெந்தயத்தை நெய்யிலே வறுத்து சிறிது உப்பும், சோம்பும் கலந்தரைத்து, மோரில் கரைத்துக் கொடுக்க வயிற்றுப் போக்கு (பேதியாதல்) நிற்கும்.

6. 17 கிராம் வெந்தயத்தை 340 மி.லி. பச்சரிசியுடன் சேர்த்து சமைத்து உப்பிட்டு சாப்பிட இரத்தம் பெருகும்.

7. வெந்தயக் கீரையை வேகவைத்து தேன் விட்டுக் கடைந்து உட்கொள்ள மலச்சிக்கல் நீங்கும். மேலும் மூலம், உட்புண், இருமல், மார்பு வலி முதலியன தீரும்.

8. வெந்தயக் கீரையுடன் சீமைப்புளி, அத்திப்பழம், திராட்சை சம அளவு சேர்த்துக் குடிநீரிட்டு சிறிது தேன் கலந்து கொடுத்துவர மார்புவலி, மூச்சடைப்பு குணமாகும்.

9. வெந்தயப் பொடியை நீரில் கரைத்து, தலையில் ஊற வைத்து குளித்துவர முடி நன்கு வளரும். முடி உதிர்வதும் நிற்கும்.

10. வெந்தயக் கீரையுடன் சீமையத்திப்பழம் சேர்த்தரைத்துக் கட்டிகளின் மீது பற்றிட அவை உடைந்து குணமாகும்.

11. வெந்தயப் பொடியுடன் சம அளவு வறுத்த கோதுமைப் பொடியை வெந்நீர் / பாலுடன் கலந்து காப்பிக்கு பதிலாக அருந்தினால் உடல் சூடு நீங்கும்.

12. வெந்தயக் கீரையுடன் வாதுமைப் பருப்பு, கசகசா, கோதுமை பால், நெய், பால், சர்க்கரை சேர்த்துக் கிண்டி உட்கொண்டு வர உடல் பெருக்கும். வலிமை உண்டாகும். இடுப்பு வலி தீரும்.

13. வெந்தயப் பொடி 5 கிராம் வீதம், காலை, மாலை நீருடன் கலந்து பருகிவர சர்க்கரை நோய் குணமாகும்.



143. வெட்பாலை



வேறு பெயர்கள்: *கிரிமல்லிகை, குடசம், வற்சம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Wrightia-Tinctoria. **குடும்பப் பெயர்:** Apocyanaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Pala Indigo Plant. **தெலுங்கு:** Kodisha. **சமஸ்கிருதம்:** Indrayava. **மலையாளம்:** Kutakappala. **ஹிந்தி:** Mitta-Indrajava.

வளரியல்பு: *மரம்.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இம்மரத்தின் தண்டு, இலை, காய் ஆகியவற்றில் லேடக்ஸ் நிரம்பி உள்ளது. தனி இலைகள், எதிரிலைக்*

குறுக்கு மறுக்கு அடுக்கத்தில் காணப்படும். வெள்ளை நிறப் பூக்கள் கிளை நுனியில் தொகுப்பாகக் காணப்படும். இரட்டை ஃபாலிக்கிள் வகை கனிகள் காணப்படும்.

பயன்படும் பகுதி: *இலை, பட்டை, வித்து (அரிசி).* **சுவை:** *துவர்ப்பு, இனிப்பு, சிறு கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *இதன் இலைகளில்* Indican *என்ற நிறமி உள்ளது.*

செய்கைகள்: *காமம் பெருக்கி, துவர்ப்பி, உரமாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வெப்ப குணத்தை உடைய வெட்பாலை மரமானது வளி நோய்களையும், முப்பிணி பெருக்கையும் நீக்கும். வெட்பாலை அரிசியானது தீ வளிக் கூட்டின் பெருக்கையும் கடுவன், குடல் வாயு, வயிற்றுப் பொருமல், கழிச்சல் வகை முதலியவை களைப் போக்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. இதன் இலையை மென்று சுவைக்க பல்வலி குணமாகும்.

2. இதன் இலை ஒரு பிடியை எடுத்து காம்பு, நரம்பு நீக்கி அதனை 1 லிட்டர் தேங்காய் எண்ணெயில் மூழ்கும்படி செய்து வெளியில் சூரிய ஒளியில் படும்படி மூன்று நாட்கள் வைத்து எடுக்க வேண்டும். இந்த எண் ணெய்யை 1 தேக்கரண்டி அளவு உள்ளுக்கு சாப்பிட்டு பின் அதனை உடலில் பூசிவர காளாஞ்சப்படை என்னும் நோய் (Psoriasis) *குணமாகும்.*

3. இதன் அரிசியைப் பொடித்து தினமும் இருவேளை 1-2 கிராம் அளவு உட்கொள்ள ஆண்மை பெருகும். வயிற்றுப் பொருமல் குணமாகும்.

4. இதன் பட்டையை குடிநீரிட்டுக் கொடுக்க சுர நோயின் பின் காணும் உடல் களைப்பை நீக்கி, பசித்தீயைத் தூண்டும். உடலுக்கு வன்மை தரும்.



144. வேலிப்பருத்தி



வேறு பெயர்கள்: *உத்தாமணி, உத்தம கன்னிகை, உத்தம மாகாணி.* **தாவரவியல் பெயர்:** Pergularia Daemia (Old Name: Daemia Extensa). **குடும்பப் பெயர்:** Asclepiadaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Dog's bane White Low Plant. **தெலுங்கு:** Juttu-Paku. **சமஸ்கிருதம்:** Phala Antaka. **மலையாளம்:** Velip - Parithi. **ஹிந்தி:** Utran. **கன்னடம்:** Hala Koratige.

வளரியல்பு: *ஏறு கொடி.* **தாவரத்தின் புறஅமைப்பு விளக்கம்:** *இதயவடிவத் தனி இலைகள் மாற்றிலையடுக்கத்தில் அமையப் பெற்றிருக்கும். பசுமை நிறமான மலர்கள் கொத்துகளாகக் காணப்படும். இரட்டை ஃபாலிக்கள் வகை வெடிகனி 7 செ.மீ. வரை நீளமாகக் காணப்படும். கனியின் மேற்பகுதியில் சாம்பல் நிறமான*

வலிமையற்ற முட்கள் இருக்கும். அதன் உள்ளிருக்கும் முட்டை வடிவமான விதைகளில் பட்டுப் போன்ற பஞ்சிழைகள் அடுக்கப்பட்டிருக்கும்.

பயன்படும் பகுதி: *இலை, வேர்.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப் பொருட்கள்: *இதன் இலையில்* Daemine *என்ற ஆல்கலாய்டு உள்ளது. இதன் வேரில் கசப்பு குளுக்கோசைடு உள்ளது.*

செய்கைகள்: *கோழையகற்றி, புழுக்கொல்லி, வாந்தியுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வாத நோயினால் உண்டாகும் குடைச்சல், குத்தல், நடுக்கம், வீக்கம்,வலி, அஜீரணம், கப நோயினால் உண்டாகும் சுவாசகாசம் எனப்படும் இரைப்பு, இருமல், கோழை கட்டுதல் முதலியன குணமாகும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வேலிப்பருத்தி இலைக் குடிநீர் ஒரு சங்கு அளவு குழந்தைகளுக்குப் புகட்ட வயிற்றுப்புழு வெளிப்படும்.

2. அரிப்பு, காணாக்கடி, தடிப்பு போன்றவற்றிற்கு வேலிப்பருத்தி இலைச் சாறை தடவிவர விரைவில் நிவாரணம் கிடைக்கும்.

3. வேலிப்பருத்தி இலைச் சாற்றுடன் சுண்ணாம்பையும் கலந்து கால் வீக்கங்களுக்குப் போடலாம்.

4. வேலிப்பருத்தி இலைச்சாற்றுடன் பெருங்காயம், சுக்கு பொடி செய்து காய்ச்சி இளஞ்சூட்டில் பற்று போட

வாதவலிகள், வீக்கங்கள் மட்டுப்படும். தொடக்க நிலையிலுள்ள யானைக்கால் நோய்க்கு 60 நாட்கள் தொடர்ந்து உபயோகிக்க வேண்டும்.

5. பெண்களின் கருப்பையின் பாதிப்பால் உண்டாகும் இடுப்பு வலிக்கு, வேலிப்பருத்தி இலைச் சாற்றுடன் தேன் கலந்து கொடுக்க நல்ல பலன் கிடைக்கும்.

6. வேலிப்பருத்தி இலையுடன் நொச்சி, பொடுதலை, மஞ்சணத்தி இலைகளை வகைக்கு 1 கைப்பிடி எடுத்து வதக்கி பிழிந்த சாறு 5-10 மி.லி. குடிக்க சளியுடன் கூடிய கபம் குணமாகும்.

7. வேலிப்பருத்தி வேரை உலர்த்தி பொடி செய்து 2 கிராம் வீதம் பாலில் கலந்து குழந்தைகளுக்குக் கொடுக்க வாயுத் தொல்லைகள் நீங்கி நன்கு பேதியாகும். கிருமிகள், பூச்சிகள் இறந்து வெளிப்படும்.

8. 5 கிராம் வேலிப்பருத்தி வேரை பாலில் அரைத்து நன்கு கலக்கி வடிகட்டி தினமும் காலையில் மட்டும் 3 நாட்களுக்கு கொடுத்துவர கிரந்தி, வாயு கரப்பான், விஷக்கடி, வாய்வு நீங்கும்.



145. வேம்பு

வேறு பெயர்கள்: *வேப்ப மரம், நிம்பம், அரிட்டம், பிசுமந்தம், வாதாரி, பாரிபத்திரம்.* **தாவரவியல் பெயர்:** Azadirachta indica. **குடும்பப் பெயர்:** Meliaceae.

ஆங்கிலப் பெயர்: Margosa Tree. **தெலுங்கு:** Vepa.



சமஸ்கிருதம்: Nimba. **மலையாளம்:** Veppa. **ஹிந்தி:** Nim. **கன்னடம்:** Bevina.

வளரியல்பு: *மரம்.*

தாவரத்தின் புற அமைப்பு விளக்கம்: *சிறகுவடிவக் கூட்டிலைகள் மாற்றிலை அடுக்கத்தில் காணப்படும். ரம்பம் போன்ற இலை விளிம்புடையது. கூட்டுரெசிம் மஞ்சரியில் வெண்மைநிற மலர்கள் இலைக் கோணங்களில் காணப்படும். காய் நீள்வட்ட வடிவத்தில் பச்சை நிறத்தில் காணப்படும். அது பழுத்த பின் மஞ்சள் நிறமாக இருக்கும். பழம் ‘ட்ரூப்’ வகை கனியைச் சார்ந்தது.*

பயன்படும் பகுதி: *சமூலம்.* **சுவை:** *கைப்பு.* **தன்மை:** *வெப்பம்.* **பிரிவு:** *கார்ப்பு.*

தாவர வேதிப்பொருட்கள்: *விதையில்* Azadirachtin *எனும் கசப்பு வேதிப் பொருளும், பட்டையில்* Tannin *ம் உள்ளன.*

செய்கைகள்: *புழுக்கொல்லி, வெப்பமுண்டாக்கி, உரமுண்டாக்கி.*

மருத்துவ குணங்கள்: *வயிற்றுப்புழு, மாந்தம், அம்மை, சொறி, சிரங்கு, காமாலை, கப நோய்கள், புழுவெட்டு, கட்டிகள், பலமின்மை, சுவையின்மை, வாந்தி, விஷம், காய்ச்சல், உடல்வலி முதலியன நீங்கும்.*

நோய் தீர்க்கும் முறைகள்:

1. வேப்பிலையை நீர்விட்டரைத்துக் கட்டிவர நாட்பட்ட புண்கள், பழுத்து உடையாத கட்டி, வீக்கம் முதலியன குணமாகும்.

2. வேப்பிலையைக் குடிநீர் செய்து பருகிவர பித்தப் பையிலுள்ள அதிக நீரை வெளியேற்றி, காமாலையை குணப்படுத்தும்.

3. வேப்பிலையை ஏதேனும் ஒரு முறையில் தொடர்ந்து உண்டுவர புத்தி தெளிவடையும். சூட்டை அதிகப்படுத்தி கப நோய்களை நீக்கும்.

4. வேப்ப விதையை உலர்த்திப் பொடி செய்து 3 கிராம் வீதம் தேன் அல்லது சர்க்கரையுடன் சேர்த்து உண்டு வர தோல் நோய்கள், நரம்புவலி, மூலம், குடல் புழுக்கள், சூதக ஜன்னி தீரும்.

5. வேப்பந்தளிருடன் முதிர்ந்த இலைகளை சேர்த்து இடித்து அதில் பாதி அளவு ஓமமும், உப்பும் சேர்த்துப் பொடி செய்து வளர்பிறையில் தொடங்கி சாப்பிட்டுவர கண் படல மறைப்பு, கட்டிகள், புழுவெட்டு, மாலைக்கண், வெள்ளை, காமாலை, கழிச்சல் குணமாகும்.

6. வேப்பிலையுடன் சிறிது மஞ்சளை சேர்த்து அரைத்துக் கட்டிவர பித்த வெடிப்பு, அம்மைக் கொப்புளம், பொன்னுக்கு வீங்கி, பரு, கட்டி, புண்கள் நீங்கும்.

7. வேப்பங்கொழுந்துடன் குன்றிமணி வேர் சூரணத்தை சமபங்கு சேர்த்து (தேவைப்பட்டால் சில துளிகள் நீர்

விட்டுக் கொண்டு) 1-2 கிராம் வீதம் கொடுத்துவர நாட்பட்ட அம்மை நோய் குணமாகும்.

8. வேப்ப விதைகளிலிருந்து எடுக்கப்படும் எண் ணெய்க்கு வேப்ப எண்ணெய் என்று பெயர். இந்த எண்ணெயுடன் வேலிப்பருத்தி இலையைப் போட்டு வதக்கி இளஞ்சூட்டுடன் ஒற்றடமிட ஜன்னியினால் ஏற்படும் வலி, நரம்பு வலி, கண்டமாலை, சிரங்கு, காய்ச்சல், கீல் வாதம், கரப்பான், சிலந்தி முதலிய நீங்கும்.

9. வேப்பங்கொழுந்துடன் ஓமம், மிளகு, பூண்டு, சுக்கு, நொச்சிக் கொழுந்து, கறிவேப்பிலை, சோம்பு, சிற்றரத்தை, இவற்றை சமஅளவு எடுத்து தனித்தனியாக நெய்விட்டு வதக்கி கடைசியில் உப்பைப் போட்டு நீர்விடாமல் அரைக்க, மெழுகு போல் ஆகும். இதில் 70-250 மி.லி. வீதம், குழந்தைகளின் வயதிற்கேற்றவாறு நீரில் கரைத்து ஊட்ட வயிற்றுப் பொருமல், அஜீரணம், குடல் புழு, மாந்தம், மலச்சிக்கல் தீரும்.

10. 50 வருடங்களுக்கும் மேலான வேப்ப மரப்பட்டையையும், நாட்பட்ட பூவரச மரப் பட்டையையும் சமபங்கு பொடி செய்து 2 கிராம் வீதம் தினமும் 2 வேளைகள் தேனுடன் கொடுத்துவர தொழுநோய் மற்றும் அனைத்துவிதத் தோல் நோய்களும் குணமாகும். (நீண்ட நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட வேண்டும்.)

11. வேப்பம் பூவைக் குடிநீர் செய்து தினமும் பருகிவர உடல் பலக்குறைவு நீங்கும். வயிற்றுவலியும், அஜீரணமும் தீரும்.

12. வேப்பங் காயை உலர்த்தி, விதையை நீக்கிப் பொடி செய்து 2-5 கிராம் வீதம் காலை, மாலை கொடுத்துவர முறைக்காய்ச்சல் நீங்கி உடல் பலம் பெறும்.

13. வேப்பம் புண்ணாக்கை பொடி செய்து நெருப்பி லிட்டு முகர, மூக்கிலிருந்து நீர் வடியும், தும்மல் உண்டாகும். தலைவலி மற்றும் வாத, பித்த, கப நோய்கள் நீங்கும்.

